

道藏精華第十二集之二  
文山遂安蕭天石主編

上海古籍出版社印行

道藏精華

二天修道秘書四種

道藏精華第十二集之二  
文山遯叟蕭天石主編

# 上乘修道秘書四種

自由出版社印行

# 上乘修道秘書四種

目錄

## 一、養真秘笈

盧丹亭真人傳述  
明、傅青主手鈔本

## 二、三藏真詮

歷代聖真傳述  
明、陸潛虛真人手鈔本

## 三、易外別傳

元、俞石澗道人著  
元刊孤本

## 四、道藏零種

明人手鈔秘本

1. 諸家神品丹法

2. 太清金液神丹經

3. 太清石壁記

4. 太清經天師口訣

5. 太清修身秘訣



# 重刊養真秘笈序

蕭天石

養真秘笈一書，爲盧門傳道集之首篇，簡明精約，深入淺出；全是師生問道問功夫語，所問莫非竅要，所答全係真訣，復多獨門秘法，徹始徹終，藉修息法一以貫之，誠長生門中之不二法門也。人莫不呼吸也，鮮能知息法也。人多知吐納也，鮮能知息訣也。斯編由丹亭盧祖師門人養浩生所記，明遺老太原傳青主手錄之真蹟。所述皆玄宗正統，乃脫胎換形，借假成真之無極大道，掃落丹家重玄之窠臼，而一以神炁爲大用。步步工夫，皆是修真人過來語，非旁門小術或毫無成證者之胡言胡語可比。金針普度，概屬丹家大乘手眼：自入門下手起，歷階而上，層次井然。循之而修，盡人可成可證。道不遠人，丹在自心，自修自度，不假外求，變化氣質，轉換形神，皆可坐而立致者也。養浩生所謂「凡鐵成金，凡鳥成鳳，端賴於茲者，要非虛語。」

丹亭真人爲玄門隱士，據青城秘錄載：「真人久隱廬山，足跡遍五嶽名山洞府，曾一度至青城峨眉；二百餘歲時，猶步履如飛，鶴髮童顏，骨弱筋柔，猶孺子也，其修老氏嬰兒派之道功者乎？」又了一子云：「先生精於易，主太極，體乾坤，用坎離，翼姤復，會蒙屯，而貫通於先天無極者也。於易不重象數，反災祥，輕卜

占，而主性命。謂性命之修，全在卦爻之逆用。又謂易，逆數也，逆道也，逆理也逆用也。逆則成，反則通，往復則神，顛倒則功。其先世盧敖、盧生，皆天府中仙人也。」按盧敖，據淮南子道應訓載稱，於秦時官博士，曾遊北海求神仙，至濠澗，見仙人若士，敖與之語，若士聳身入雲中。敖曰：吾比夫子，若黃鵠之與壤蟲也。後敖亦仙去。」據密州經云：今廬山有盧敖洞，以敖曾避秦難於此得名。至盧生則史無可詳考，惟爲始皇入海求仙藥者，有盧生其人，後以不獲而遁去。餘則無可得其詳者。由此觀之，丹亭真人爲神仙世家，當非懸想。以洞天秘典亦稱盧真人，「代有祖傳仙籍秘書，擅吐納導引之術，能變化形骸，行氣有主，尤精醫道，有起死回生之妙手，行住無定所，不欲人知，而真能以自隱無名爲務者也。」是以丹亭真人之爲道門隱仙派中人，此書之傳，乃其入門之傳道語錄也。

本書爲明遺老傅青主先生之手鈔本，先生幼有異稟，穎慧拔衆，原單名山，一名鼎臣，字青竹，號齋廬，嘗自署公之它，入清隱於黃冠，故晚歲亦號朱衣道人。博學多才，有奇氣，通經史，尤擅諸子之學，工詩文篆刻及書畫，於易與老莊及丹宗與醫道，亦多獨得之秘，不喜著述，惟亦有霜紅龕集行於世。斯篇得邀先生親爲手錄，自可價重連城，千古不朽，其非泛泛之一般道籍可知。設先生非修廬真人之道，或修其道而未能證其功者，當不爲也。故甚祈丹道派人士，勿徒以其爲海內外

唯一孤本，寶而藏之，尤宜持而修之，鏤而不捨，使能及身有成，切勿入寶山而空回也。

全書不重理論，不涉玄秘，自初階而入，全係功夫口訣；入手了手，概以神炁爲全體大用，淺明至極，簡易至極。自最初之數息法、調息法起，中經閉息法（案：此步功夫，非明師指點，不可輕行），住息法（開任督諸關及小大還丹法與進神火法概入焉），踵息法，以至胎息法、無胎息法（養大周天火候法屬之）等等，無不語語盡屬玄機口訣，字字皆爲金液玉漿；不但爲道門中之養真秘笈，且亦爲修行人之不二法門。二老慈悲心切，金針普度，不自隱秘，要亦爲悲天憫人之宏願，所使然也。

中華民國六十二年甲寅孟春月文山遜叟於石屋艸堂



# 盧丹亭真人養真秘笈

明遺老傳青主手錄真蹟  
無錫張子遊 繪圖

經禮亭考證，認確爲明季佳鈔本

重刊明鈔本養真秘笈序	文山遜叟蕭天石	一
考正前記	禮亭記	一一二
丹亭真人傳道圖	張遠	三一四
養真秘笈總論		五一〇
數息第一 總論		一〇
一、周天息數卦爻法		一一一二三
二、真炁辨		二三一二七
三、外郭論		二七一三二
四、內臟郭解（附臟郭圖）		三二一四二
正人臟圖——伏人圖		四三一四四
調息第二 總論		四五—四六
一、調息法		四六一五〇
二、止念法		五一—五二



三、却昏法……………五二—五三

四、氣急使緩法……………五三—五四

五、辨咽喉明徑路法……………五五—五六

閉息第三 總論……………五七—五八

一、閉息法……………五九—六四

二、用舌抵腭法……………六五—六七

三、增息法……………六七—六九

四、化浮火使真氣不上逆法……………六九—七〇

五、化民火使真氣不下行法……………七一—七二

六、化邪火使真氣不作毒法……………七二—七三

七、薰蒸四肢法……………七四—七五

住息第四 總論……………七五—七六

一、住息法……………七七—八〇

二、開任督諸關法……………八〇—八二

三、開督脉法 開夾脊關法 開玉頸關法……………八二—八六

四、小大還丹法門……………八六—八八

五、開任脈諸關法	十二重樓	肺俞	早口	八八—一九〇
六、引炁入四肢法				九一—一九六
七、留炁法				九七—一九八
八、消陰還陽進神火法				九九—一〇〇
九、護陽不散法				一〇〇—一〇二
踵息第五 總論				一〇三—一〇四
一、踵息法				一〇四—一〇六
二、文烹武煉法				一〇六—一〇七
三、炁炁歸根法				一〇七—一〇八
四、進水法	進火法	水火交進銖數法		一〇八—一一二
胎息第六 總論				一一二—一一四
一、封固法				一一四—一一五
二、老煉結丹法				一一六—一二八
三、養丹成像法				一二八—一二〇
無胎息第七 總論				一二〇—一二一
一、養大周天火候法				一二一—一二四

二、附女真丹……………一二四——二二八

三、附蟠桃酒方 天門膏方……………一二九——一三〇

盧丹亭真尺養真

秘笈

遺老傳青主錄無錫張子遊繪圖

壬申夏六月六日許明本謹書





自西漢以迄茲今上下數千載或散布  
於人家或珍藏於天府或晦迹於遐

方或殘缺於異代第恨不得窮搜

而遍讀之以觀古人之用心耳

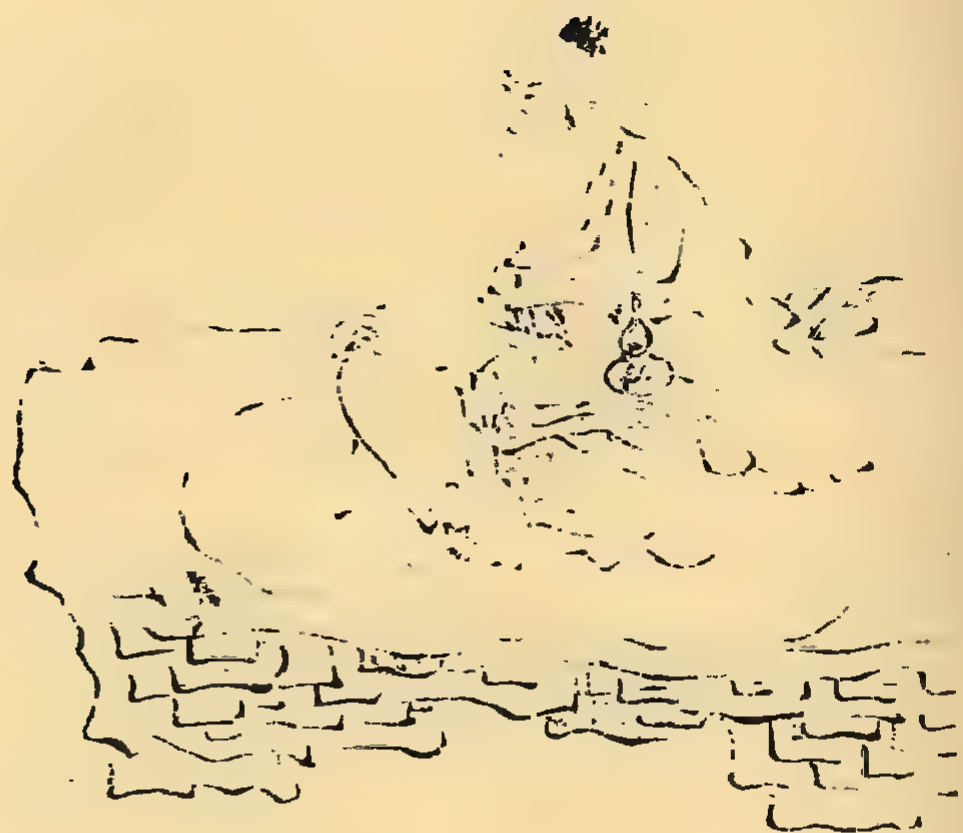
鈞下在茲書數篇分類此為首<sup>1</sup>

篇附有圖說確為明季佳抄本

馬

丙寅十月念又三日

禮亭記



丹亭真人傳道圖 後學張連





丹亭真人盧祖師養真秘笈

太原傅山青主錄

總論

養浩生曰延年妙法弟子既得聞教矣  
嘗聞上古真師云召汞不結雖延年千  
禩終屬窰頭土坯未知何者爲召何者  
爲汞又有何方召汞方能得結哀叩  
真師不厭瑣瑣再將至大法細相垂示則



頑鐵成金凡鳥成鳳端賴之於茲矣

真人曰此際功大非同小術乃脫假成真

6

無極大道也故得此道者非旁門可入  
非雜類可成惟此一神一炁而已蓋炁  
即召也神即汞也欲死此汞先歿此召  
召死則汞死召汞皆歿則煉作一團方  
臻妙境譬之外丹然初須采得召中一  
點真炁日養月煉召炁既足汞見立乾

今須與子剖破藩籬人自肇形以來本  
是一點真炁而炁之妙用不窮變化不  
測處即神也知生此形者是炁則化此  
形者炁也軀畏此炁死真修惡此炁生  
炁死則有形者不能運轉炁生則無形  
者不能運化所以必先死此炁此炁既  
死則炁之妙用不窮變化不測者亦因  
之而歿也神炁死作一團則此身一太

虛也此身既太虛則四大皆我形六虛皆我體所以聖人曰與天地參也成真

8

所以然之妙畢之期矣

養浩生曰成真之道功在於炁固矣然

下手處端在何處

真人曰此炁所以難得死者以有呼吸之炁洩之也下手處必須數此呼吸之數既知數息便要調息既知調息便要閉

息既知閉息便要住息以至踵胎息胎  
息方求入無胎息的境地以躋聖域  
養浩生曰敢求諸息功夫有何分別  
真人曰安得無別數息者數此出入息不  
過鼻頭上功夫也調息者調此氣息以  
出入於藏息之處也工漸加於內也閉  
息雖亦內觀妙諦然無不持守之迹住  
息則覺有安之意焉踵息則不止安閒

其中若有物焉其肯若有精焉故曰真人之息以踵者此也胎息則息若成胎不出不入神與炁住矣必至無胎息則不知有炁安知有神渾然中處而神通變化肇於此矣

### 數息第一

### 總論

養浩生曰敢問數息之時有何作用



真人曰此處要知周天息數卦爻方辯呼  
吸之理更宜知呼吸中有點真炁呼吸  
之處外郭內臟一一詳明方爲真之下  
手

周天數息卦爻法

養浩生曰敢問數息之方

真人曰謹按上古真師周天數息每月除<sub>日</sub>  
乾坤爲鼎器坎離爲藥物外六十四卦每

日二卦子後一卦午後一卦每陽爻三十  
十六息陰爻二十四息依爻數息不可  
一毫踰越則此氣不致猖獗每數一爻  
畢則內想此氣自尾間夾脊上升玉枕  
泥丸入口化爲甘津嚥下重樓送入中  
宮畧抑一二息再數二爻餘爻皆同今  
將逐日卦爻息數開後

子後

恒	初	鼎	初	過大	初	姤	初
四息	二十	六息	三十	四息	二十	六息	三十
	益		屯		頤		復
四息	二十	四息	二十	六息	三十	六息	三十
六息	三十	六息	三十	四息	二十	六息	三十
六息	三十	六息	三十	六息	三十	四息	二十
六息	三十	四息	二十	六息	三十	六息	三十
六息	三十	六息	三十	四息	二十	六息	三十
六息	三十	四息	二十	六息	三十	四息	二十
六息	三十	六息	三十	四息	二十	六息	三十
四息	二十	四息	二十	四息	二十	四息	二十
	六息		三十		六息		三十

升	初	蠱	初	井	初	巽	初
四息	二十	六息	三十	四息	二十	六息	三十
	八	无	七		六		五
	安		隨		嗑		震
四息	二十	六息	三十	四息	二十	六息	三十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	六息	三十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	六息	三十
六息	三十	六息	三十	六息	三十	六息	三十
六息	三十	六息	三十	六息	三十	六息	三十
六息	三十	六息	三十	六息	三十	六息	三十
四息	二十	四息	二十	四息	二十	四息	二十
四息	二十	四息	二十	四息	二十	四息	二十
四息	二十	四息	二十	四息	二十	四息	二十
		六息	三十			六息	三十
		六息	三十			六息	三十
		六息	三十			六息	三十
		六息	三十			六息	三十

解	十	濟	未	十	因	初	訟	初
四息	二十	二	六息	二十	一	四息	二十	九
	人	家		濟	既		賁	夷
明								
四息	二十	六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息
三十	六息	二十	四息	三十	六息	二十	四息	三十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息
三十	六息	二十	四息	三十	六息	二十	四息	三十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息
三十	六息	二十	四息	三十	六息	二十	四息	三十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息
三十	六息	二十	四息	三十	六息	二十	四息	三十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息
三十	六息	二十	四息	三十	六息	二十	四息	三十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息
三十	六息	二十	四息	三十	六息	二十	四息	三十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息
三十	六息	二十	四息	三十	六息	二十	四息	三十

遯	十	師	十	蒙	十	渙	十
六息	三十	四息	二十	六息	三十	六息	三十
	六		五		四		三
	臨		同人		革		豐
六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息	三十
六息	三十	四息	二十	六息	三十	四息	二十
六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息	三十
六息	三十	四息	二十	六息	三十	四息	二十
六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息	三十
四息	二十	六息	三十	六息	三十	六息	三十
四息	二十	四息	二十	四息	二十	四息	二十
	六息		三十		六息		三十
	三十		二十		三十		二十

[illegible]

否	廿	謙	廿	艮	廿	蹇	廿
六息	四	四息	二	六息	二	四息	一
二十	泰	二十	履	二十	兌	二十	睽
六息	二十	四息	六息	四息	四息	六息	六息
二十	二十	二十	三十	二十	二十	三十	三十
六息	二十	四息	六息	四息	六息	四息	四息
二十	二十	二十	三十	二十	三十	二十	二十
四息	二十	六息	六息	六息	六息	六息	六息
二十	二十	三十	三十	三十	三十	三十	三十
四息	二十	四息	四息	四息	四息	四息	四息
二十	二十	二十	二十	二十	二十	二十	二十
四息	二十	六息	六息	四息	六息	四息	六息
二十	二十	三十	三十	二十	三十	二十	三十
	六息		六息		六息		六息
	三十		三十		三十		三十



觀	廿	豫	廿	晉	廿	萃	廿
六息	三十	八	六息	七	六息	四息	五
	壯大		畜小		需		畜大
六息	三十	四息	二十	四息	二十	六息	三十
四息	二十	四息	二十	六息	三十	六息	三十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	四息	二十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	四息	二十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	六息	三十
四息	二十	六息	三十	四息	二十	六息	三十
	六息	三十		六息	三十		六息
	六息	三十		六息	三十		六息

廿九有大

三十 六

二十息

三十 六息

三十 六息

三息

三十  
六息

比  
二十

三十 六息

二十息

二十 四息

二十 四息

二十息

三十

二十息

三十 六息

三十 六息

三十  
六息

三十  
六息

三十  
六息

剥息二十

二十息

二十  
四息

二十 回息

二十 四息

二十息

右六十卦共三十日倘遇月小之日則

以夾繼初一辰巳午未四時餘八時行

本日卦剝卦繼十五辰巳午未四時餘

八時行本日卦

養浩生曰如此數息多少日程

真人曰無甚日程直要此呼吸之氣出入不爽進退不急大約亦須一月方爲絕

妙呼吸論

養浩生曰此呼吸之炁果有何妙而顧數之

真人曰夫呼吸者一出一入之息也即一升一降之氣也在外爲出入在內爲升

降一吸爲進爲升一呼爲出爲降人自  
漏初下至漏終共一萬三千五百息一  
呼脉行三寸一吸脉行三寸一日氣脉  
共行一百八十丈所以醫家察人寒熱  
亦以息數多寡辨之故調此呼吸則六  
腑可以宣通百脉可以順暢雖是後天  
然先天之真炁亦在於茲而寄之焉黃  
庭經云吸廬外出入丹田此外呼吸也

古師云真就真人呼吸處姤女往來飛  
此內呼吸也蓋外呼吸爲入道之基內  
呼吸爲修道之本外呼吸不可廢之於  
初內呼吸不可缺之於後故無此外呼  
吸則升不能升降不能降既無升降則  
無運用從何下手故呼吸之際爲入道  
者第一關也子其辨之

真炁辨

養浩生曰呼吸既屬後天則先天之真  
炁豈又有一種乎

真人曰然呼吸雖屬修行第一關使修行  
者止於鼻頭作功夫則又拙也要知未  
有此身之先而我之身且無所着何況  
呼吸此無所着處正是真我。人要究此  
真我寄於何所來自何方不過杳冥一  
炁而已此杳冥一炁即道之精也故曰

至道之精杳杳冥冥夫杳冥之炁方是真炁無此真炁雖能運動止是凡軀不名聖體子其辨之所以呼吸之處論養浩生曰此呼吸雖出入於鼻然所以呼吸之處端在何處真人曰所以呼吸之處中宮也此處原法象天地天之至極處抵地之至極處共

八萬四千里而人物之生育則八萬四  
千里之一萬二千里焉人身之形體亦  
復如是心若天也腎若地也自心之至  
極處以至腎之至極處共八寸四分而  
神炁之盤結則在八寸四分中之一寸  
二分焉此個去處在心之下腎之上肝  
之右肺之左中有一竅其色甚黃外分  
八竅故吾



旌陽老祖曰中黃八柱是也前後二竅以  
象乾坤上者自心以通泥丸下者自腎  
以徹湧泉旁六竅以象坎離震兌巽艮  
通於六腑一身之炁皆萃於此如水之  
朝東焉人之積炁必積於此蓋炁於此  
積胎於此結真長胎住息之真去處也

外郭論

養浩生曰何謂外郭

真人曰外郭者人之凡軀也此身支節雖  
多原係一道血脉包絡節節相通脉之  
根蒂雖內通臟腑要知脉之經由處方  
爲知炁脉之全乃可以稱道不然徒育  
生耳於坐時自大指次指端上陽谿兩  
筋至督大椎行頸入齒縫夾口吻交人  
中夾鼻孔諸跳動乃中宮炁由大腸肺  
經而出於坐時自鼻兩旁上左右交額

繞唇交承漿過督下膝入足中指諸脉  
跳動者乃中宮炁由胃經而出於坐時  
自足大指上股入腹至中下腕歷胸挾  
咽連舌諸脉跳動乃中宮炁由脾經而  
出於坐時自小指端出腕與踝出肘循  
肩會督大椎分左右腋下過上腕中腕  
循頸至目角入耳諸脉跳動者乃中宮  
炁由小腸而出於坐時起於目內眥過

督分左右一支由玉枕下頂抵大椎而  
下一支由腰貫臀背至足小指諸脉跳  
動者乃中宮炁由膀胱而出於坐時自  
足小指下湧泉至督注盲俞下任復上  
喉又復下繞心諸脉跳動乃中宮炁由  
腎經而出於坐時自胸下膈出脇降腋  
循臂入掌中復循小指次指諸脉跳動  
乃中宮炁由心包絡而出於坐時自小

指出次指循臂外貫肘上肩交膻中繞  
下膈挾耳過督大椎諸脉跳動乃中宮  
炁由三焦而出於坐時自目外眥抵頭  
循髮際外折下耳後循頸出督大椎以  
至膝抵足小指諸脉跳動乃中宮炁由  
膽經而出於坐時自足大指循足跗貫  
膝透陰器會任循喉連目系下頰交唇  
諸脉跳動乃中宮炁由肝經而出此際

皆由中宮炁滿傳達各經各經氣足流通各脉一脉流動則是本經氣足倘於坐時有不跳動之脉必其本經氣不足也子其識之

內臟郭解

養浩生曰敢問何謂內郭

真人曰夫內臟郭者蓋以五臟爲中早之郭也人身臟腑內景各有區別叅稽古

論述此詳解凡人咽喉二竅同出一腕  
異途施化喉在前主出納咽在後主吞  
嚥喉系堅空連接肺本爲氣息之路呼  
吸出入下通心肝之竅以激諸脉之行  
氣之巨海咽系柔空下接胃本爲飲食  
同路水食同下並歸胃中乃水穀之海  
也二道并行各不相犯蓋飲食必歷氣  
口而下氣口有形謂之會厭凡飲食當

嚥會厭即垂厥口乃閉故水穀下嚥了  
不相犯語言呼吸則會厭開張當食言  
語則水穀乘氣送下喉腕遂刺而咳也  
喉之下有肺兩葉白瑩謂之華蓋以覆  
諸臟虛如蜂巢下無透竅故吸之則滿  
呼之則虛一呼一吸消息自然無有窮  
已乃清濁之交運人身之橐籥也肺之  
下有心心有系絡上屬於肺肺受清氣



下乃灌注外有包絡裹赤黃脂其象尖  
長圓扁其色黑赤黃青其中竅數多寡  
各異上通於舌旁有系一脉下連於腎  
而注氣焉心之下有隔膜與脊脇周廻  
相著遮蔽濁氣使不得上薰心肺所謂  
膻中也隔膜之下有肝肝有獨葉者有  
二三葉者其六上絡心肺爲血之海上  
通於目下六無竅肝短葉下有膽膽有

汁藏而不瀉此喉之一竅施厥運化流  
行薰蒸以成脉絡者如此咽至胃長一  
尺六寸通謂之咽門咽下有隔膜膈之  
下有胃盛飲食而腐熟之則左有脾與  
胃同膜而附其上其色如馬肝赤紫其  
形如刀鏤聞聲則動動則磨胃食乃消  
化胃之下右有小腸後附脊膂左還廻  
周疊積其注於廻腸者外附臍上共十

六曲右有大腸即迴腸當腸左環迴週  
疊積而下亦盤十六曲廣腸附脊以受  
迴腸左環疊積下辟乃出滓穢之路廣  
腸左側有膀胱乃津液之府五味入胃  
其津液上升化爲血脉以成骨髓精液  
之餘溜下下部得氣之氣施化小腸滲  
入膀胱而洩便注洩矣凡胃中腐熱水  
穀其精氣自胃之上口曰賁門傳於肺

肺播於諸脉其滓穢自胃之下口曰幽  
門傳於小腸至小腸下口曰闌門泌別  
其汁清者滲出小腸以入膀胱滓穢之  
濁則轉入大腸膀胱赤白瑩淨外無所  
入之竅全假氣化施行氣不能化則閉  
隔不通而爲病矣三焦有名無形主持  
諸炁以象三才故呼吸升降水穀往來  
皆賴此通達上焦出於胃上口并咽以

貫膈而布胸中走腋循大降之分而行  
傳胃中穀味之精炁於肺播於諸脉中  
焦在胃中腕不上不下主腐熟水穀泌  
糟粕蒸津液化其精微上注於肺脉乃  
化而爲血以潤身體生育之機莫貴於  
此故獨得於經遂命曰營氣下焦如瀆  
其炁起於胃下腕別附迴腸注於膀胱  
主出而不納此脾胃大腸小腸三焦乃

咽之一竅資生血氣轉化糟粕而出入  
如此腎有二乃精所舍也生於脊膂第  
十四椎下兩旁各一分五分形似豇豆  
相併而曲附於脊外有黃脂包裹內白  
外黑各有帶二條上條係於心下條過  
屏翳穴從趨脊骨下有大骨在脊骨之  
端如半手許中有兩穴是腎帶經過上  
行夾脊至腦中是爲髓海五臟之真惟

腎爲根腎上下有竅穀味之液化而爲  
精人乃久生腎虛精絕其生乃滅凡人  
人腎虛水不足也往往見人補以燥藥  
以火煉水其精愈燥攝生者觀於腎之  
神裡則嚥津納液正所以滋培腎蒂也  
夭壽之消息不端係之于腎乎此諸臟  
郭竅穴如此知此竅則知世人身軀莫  
非真炁之布護故流通則命固滯塞則

疾生況內結夫胎息神與炁併者乎

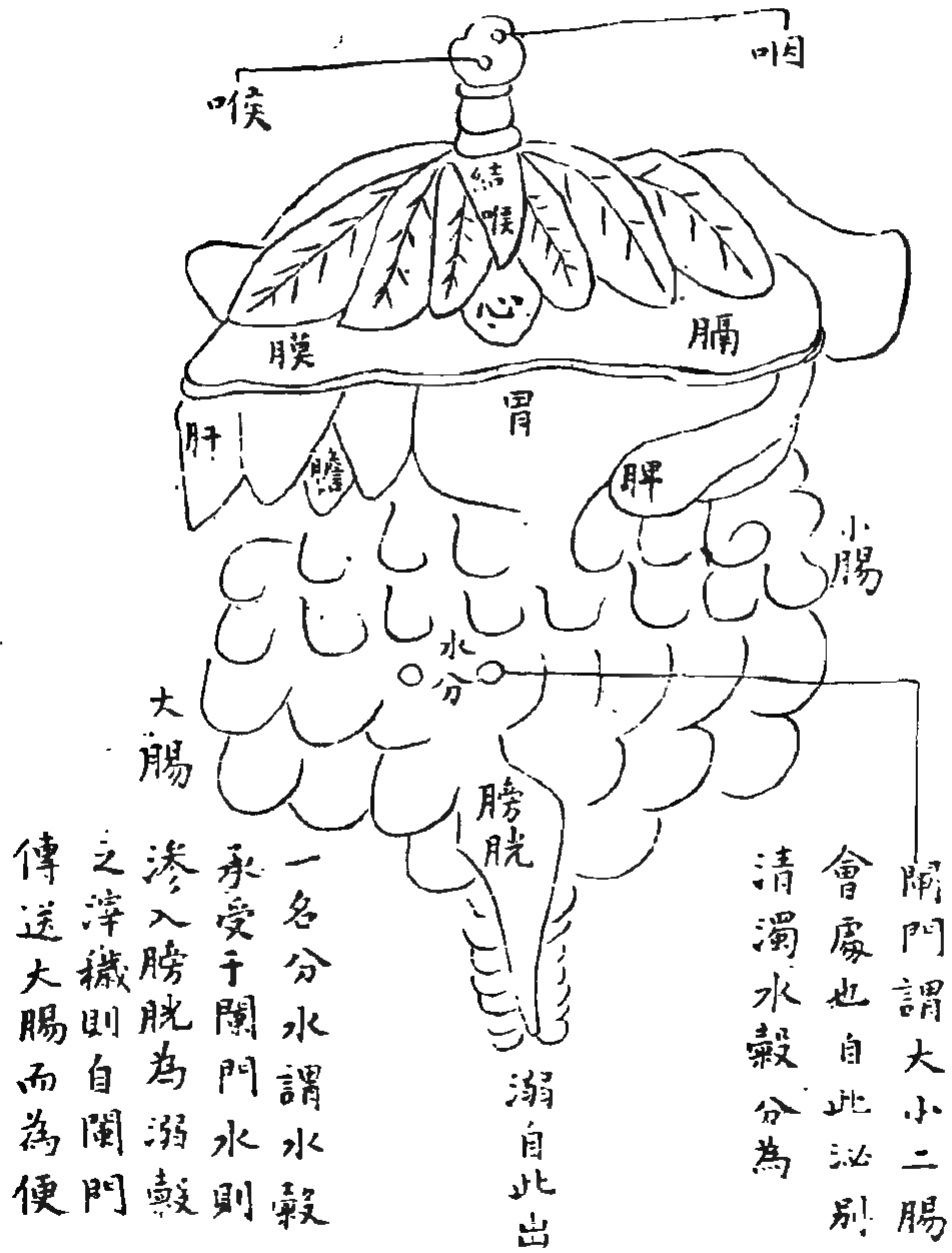
附臟郭圖於後

正人臟圖一

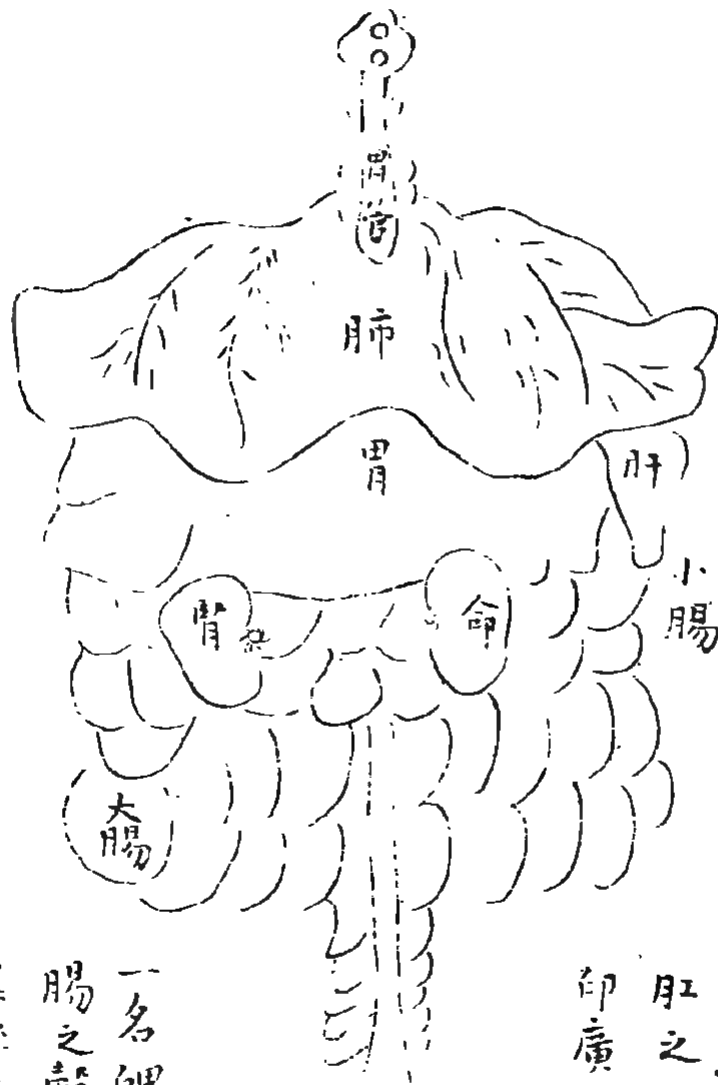
伏人臟圖一



# 正人臟圖



# 伏人臟圖



肛門言其處似車  
肛之形故以命名  
即廣腸洞腸也

一名魄門主受大  
腸之穀大便出焉  
其系上通于心下  
通于腎水火相濟

# 調息第二

## 總論

養浩生曰敢問調息之時有何作用  
真人曰當調息時念最懼亂故有止念法  
神最懼昏故有却昏法炁最惡急故有  
緩氣法徑路惡不明所以又有辨咽喉  
法以明徑路知此數法則調息之功思  
過半矣

# 調息法

養浩生曰敢問調息之方

真人曰調息與數息不同數息者數此息

也調息者調剛而使之柔調猛而使之

緩調急而使之徐皆涉於有爲也其法

一依前卦爻調之凡調一爻畢即抑息

十數想此氣自尾閭夾脊上升泥丸入

口嚥下送入中宮如調復卦一爻陽息

先吸後呼吸則自腎升之而上至中宮  
而止呼則自心降之而下至中宮而止  
一呼一吸一上一下皆自心而下自腎  
而上謂之小周天法三十六息畢即抑  
息十數抑息者謂口鼻之間無出入也  
當抑息時默想此氣自尾閭夾脊上升  
泥丸送入中宮  
如調復卦二爻陰息先吸後呼吸則自

腎升之而上亦至中宮而止呼則自心  
降之而下亦至中宮而止一呼一吸一  
上一下皆自心而下自腎而上調二十  
四息畢即抑息十二數當抑息時默想  
此炁自尾閭夾脊上升泥丸嚥下送入  
中宮

如調復卦三爻陰息亦先吸後呼吸則  
自腎升之而上呼則自心降之而下亦

皆至中宮而止一呼一吸一上一下皆  
自心而下自腎而上調二十四息畢即  
抑息十二數當抑息時默想此炁自尾  
閭夾脊上升泥丸嚥下送入中宮  
如調復卦四爻陰息亦先吸後呼吸則  
自胃升之而上至中宮而止呼則自中  
宮降之而下至中宮而止一呼一吸一  
上一下皆自心而下自腎而上調二十

四息即抑息十四數當抑息時默想此  
炁自尾閭夾脊上升泥丸嚥下送入中  
宮

如調復卦五爻陰息亦先吸後呼吸則  
自腎升之而上呼則自心降之而下皆  
至中宮而止一呼一吸一上一下調二  
十四息畢即抑息十六數當抑息時皆  
默想炁自尾閭夾脊而上升泥丸嚥下



降入於中宮餘卦皆倣此俱增息數

止念法

養浩生曰敢問止念之法

真人曰夫念不止者首起於不能忘物次起於不能忘已未作功時即當捐除一切今日捐一分明日捐二分日復一日自然此念不致外馳再於坐時念頭紛亂即覺心照之如恐覺心亦是亂心便

當用大虛觀法藏炁穴閉息想此身與  
虛空一般大包羅天地一切世界皆藏  
於吾中宮不可着一物雜念自然消散  
如此四五次自然行正景功夫而無雜  
想此正念第一義也

却昏法

養浩生曰敢問却昏之方

真人曰昏倦皆由神不清神清則昏自却

倦自忘設當坐時神忽昏倦便當住功  
離蒲團立身行熊經鳥舉諸動功或於  
坐時限定規程今日一香明日香半後  
一香半漸漸加功自然忘倦大抵食多  
亦多能致昏蓋臟腑之內飲食充實則  
真炁不能運轉炁停則神滯倘葷酒過  
多亦能致昏不可不知也  
氣急使緩法

養浩生曰敢問緩氣之方

真人曰氣本柔緩多由其人平日行路迅速或氣質鹵莽飲食甚多以致呼吸失調出多入少故坐時多有調息不準者倘有此弊即宜令其靜坐半月於調息時作意入多出少於行步時每二三步一息久久行之自然安詳此際尤宜減飲食蓋食多則氣促也

辨咽喉明徑路法

養浩生曰敢問辨咽喉法

真人曰按人咽喉二竅同出一腕異途施  
化喉在前主出納咽在後主吞嚥喉系  
堅空連肺本爲炁息之路呼吸出入下  
通心肝之竅以激諸脉之行氣之巨海  
也咽系柔空下接胃本爲飲食之路水  
食同下並歸於胃乃水穀之海也二道

雖並行不犯然咽通於胃所納皆有形  
有質之物夫物屬有形則終有盡喉通  
心肺深入腎皆無形無質之物夫無形  
者炁則灌不窮凡學者於嚙氣時液宜  
想此氣從喉而下十二重樓歷肺至中  
黃此要訣也倘不知此則傳送不清從  
咽而下致令真炁雜於便溺雖有聖功  
兀坐千禩而真炁不結聖胎難就子其

辨之

閉息第三

總論

養浩生曰敢問閉息之時有何功用  
真人曰閉息者謂閉此息之出入之路也  
夫閉此息之出入路蓋欲歸此息之凝  
結根也故此息有根方有此息此息既  
閉息息歸根此修行入門法也無此法

門則息不能住設執此法則不能靈故  
必先閉息當閉息時設不知樞紐則止  
能歸根不能上達樞紐者舌也故又有  
抵腭法既上達多不知增炁則真炁不  
長炁既長矣倘中雜火必上逆作膈故  
有化浮火法此火不上逆則下行故浮  
火雖化則火亦能不洩故有化民火法  
上下之火雖不行矣強壅此中久必作



毒以透出四肢故有化邪火法三火俱滅獨存真炁薰蒸四肢清明在躬精華外溢當此之時亦移形貌之小驗者也

### 閉息法

養浩生曰敢問閉息之方

真人曰閉息與抑息少異閉息則能二三百息抑息不過二三十息耳一依前卦文調之凡調一爻畢即閉息謹緘口鼻

以心默約息數以記多寡不可太猛設  
能至百息便於七八十息即神引此炁  
自尾閭夾脊上升泥丸入口嚥下送入  
中宮

如閉復卦一爻陽息便以目光下垂中  
早一寸三分去處用心默數從一至十  
從十至百從一百至二百如能至五千  
便於四十息時即目光下透尾閭歷夾

脊玉枕升泥丸入口嚥下以目送舊處  
如閉復卦二爻陰息仍以目光下垂中  
早一寸三分去處用心默數從一至十  
息處即移目光下透尾閭歷夾脊玉枕  
泥丸入口嚥下以目送舊處  
如閉復卦三爻陰息仍以目光下垂中  
早一寸三分去處用心默數從一至十  
從十至百至二百如能至一百五十息

便於一百三十息處即移目光下透尾  
間歷夾脊玉枕升泥丸入口嚥下以目  
送歸舊處

如閉復卦四爻陰息仍以目光下垂中  
早一寸三分去處用心默數從一至十  
從十至百從一百至二百如能至二百  
息於一百八十息時即移目光下透尾  
間歷夾脊玉枕上升泥丸入口嚥下以

目送歸舊處

如閉復卦五爻陰息仍以目光垂下中  
早一寸三分去處用心默數從一至十  
從十至百從一百至二百如能二百五  
十息便於二百三十息即移目光下透  
尾間歷夾脊升泥丸入口嚥下以目送  
歸舊處  
如閉復卦六爻陰息仍以目光下垂中

早一寸三分去處用心默數從一至十  
從十至百從一百至二百如能至三百  
息便於二百六十息即移目光下透尾  
閭歷夾脊升上泥丸入口嚥下以目送  
歸舊處餘卦依此而行  
養浩生曰其中皆用作爲涉存此想何  
也

真人曰作爲存想初入門者斷不可無設

無存想是兀然枯坐與頑禪無二且此  
存想作爲之法真然到得胎息地位方  
可言無此故曰過河雖用筏到岸不須  
舟也

用舌抵腭法

養浩生曰所謂樞紐在舌者何也  
真人曰按人之舌爲內脉之樞紐知此樞  
紐則內脉俱開真氣方能上升蓋舌者

心之苗也其脉下通於心蓋心有二系  
一系上與肺通一系入肺兩大葉由肺  
而下曲折向後併連於脊其餘細絡貫  
脊髓而與腎通則舌又爲二系之總紐  
也明矣故於坐時令此舌上抵則心肺  
二竅俱噏然開張肺爲藏炁之腑肺竅  
既開則炁自下降以通於腎腎又藏精  
之舍也精炁原屬有情一見自能合體



況舌既抵其正脉可已開心肺腎三者  
之竅其連餘絡通於脊者亦可通尾間  
夾脊諸竅所以亦用意引則真炁如水  
之朝東俱心源源而上升也舌初抵時  
其下有筋必微有痛意已漸上抵方爲  
妙諦自此以下抵腭法皆不可少也宜  
志之

### 增息法

養浩生曰敢問增息之方

真人曰增息之法不過文火武火馴致之  
如誘小兒步然初能數步後至百十竟  
且騰躍矣此非一朝一夕所就皆漸積  
漸累之功如本分所得之息自然而然  
謂之文火設文火到得百息欲增至百  
一二十息者便將舌極力抵腭緊閉口  
齒奮鼓精神如閉前百息覺有餘閒即

依舊安閒增至百一二十息此增息法也宜類推之也此法自閉息以至胎息他不得不然則真息不能長進也此成始成終之要訣也

化浮火使真氣不上逆法

養浩生曰敢問化浮火法

真人曰浮火乃人平日上逆之餘氣未行功則謂之氣既行功則謂之火緣人素

常思慮過多憤怒踰節致使此氣上冲  
凡人頭眩目昏以至癭瘤耳閉膈噎吐  
血皆此氣之所爲也凡行功時覺胸前  
微有隔塞意即便往功神運此氣從喉  
而降隨嚥氣以佐之直降至腎如此行  
數十次自然浮火下降注入中宮隨真  
氣俱化而爲一如小人之順君子自然  
化邪入正行之久久覺胃臆之間空空

洞洞是無浮火之驗也

化民火使氣<sup>真</sup>不下行法

養浩生曰敢問化民火法

真人曰民火者乃臟腑惡濁之氣以其質

濁故易於趨下而湊氛即屁徃徃真炁

從茲而洩凡人墜疝痔癖皆此火之根

醞釀使然也凡行一竟自宜提氣百數

71

此氣上入中早化爲真氣久久行之自

無前患庶積炁之時無所滲漏不致下行而中黃之位方日積日煖可計程期  
化邪火使真氣不作毒法

養浩生曰敢問化邪火法

真人曰邪火者乃胎元邪淫之火藏於臟

腑不用功時及無所犯時隱而不發至真炁一鼓則周身炁脉爲之運動或透於皮膚或急於肢節悞遭其對皆能化

爲毒凡行功宜戒遠行蓋行動之時肢  
體運動如兩木相盪多能生火次於用  
功完時便想此氣不止存於中早身外  
皆有盡從十萬八千毛孔中而入歸於  
中宮歸畢便將四大盡無所有此皆閉  
息行之俟氣稍息仍調息又行如此十  
數次久久行之一切邪火皆消化烏有  
矣

薰蒸四肢法

養浩生曰敢問薰蒸之法

真人曰薰蒸法法者凡一切功完時沐浴  
法也此法蓋恐行功炁有不到之處故  
令煉士於功一完時閉息不必舌抵腭  
想此身不見四肢惟有真炁充周盎溢  
無所不有則中宮所積之炁必旁透四  
肢浸潤百骸古語所謂無所到無所不



到也此功徹始徹終此不可少直至胎  
息方可棄他

# 住息第四

## 總論

養浩生曰敢問住息有何作用

真人曰住息者謂此息已住也此息已住  
則此胎將長也住息之時於中黃時儼  
若有物常如火煖不甚作饑此住息之

真光景也。息既住矣，則開竅自開。但虞  
所稟氣弱於諸開，竅不能竟過，故有諸  
開。開竅法：諸開既開，猶虞四肢百竅不  
相連絡，故有四肢引氣法。開竅脈絡俱  
相連通，則此炁真宜收拾盡入本原，以  
息息歸根。故有留氣法。氣既留矣，倘陰  
陽來雜，則胎炁不純，故有進神火消陰  
法。但此陽氣賴陰而住，陰既消，鎔恐陽

不獨存故有護陽不散法至於便溺皆減則又封之固一助耳

### 住息法

養浩生曰敢問住息之法

真人曰住息與閉息不同蓋閉息者僅僅能閉之而已住息則此息知有住處不甚費氣力已能千息也到此地位開關期近宜於住息一將完時不使烝急便

神馭此炁下尾閭關往來十度方上夾脊泥丸放下舌來漱口津作液嚥下送下中宮

78

住息二周將完時不使炁急便神馭此炁下尾閭關往來二十度上夾脊泥丸放下舌來漱口津作液嚥下送入中宮  
住息三周將完時不使炁急便神馭此

炁下尾閭關往來三十度上夾脊泥丸  
放下舌來漱口津作液嚥下送入中  
宮

住息四周將完時不使炁急便神馭此  
炁下尾閭關往來四十度上夾脊泥丸  
放下舌來漱口津作液嚥下送入中  
宮  
住息五周將完時不使炁急便神馭此

炁下尾閭關往來五十度上夾脊泥丸  
放下舌來漱口津作液下送入中宮  
住息六周將完時不使炁急便神馭此  
炁下尾閭關往來六十度上夾脊泥丸  
放下舌來漱口津作液嚥下送入中  
宮凡行功或一次行二十周便留六周  
以行此法以臻開關境地

開任督諸關法

養浩生曰敢問開關諸法

真人曰語云積炁開關蓋真炁內積自然

開竅曰開蓋開關者通吾身之橐籥也  
通吾身之橐籥者所以招攝大藥也人  
生以中黃爲炁海以脊後諸關爲黃河  
自夾脊以至中黃猶自黃河以入大海  
也所謂逆挽黃河者此也炁厚則開竅  
不開此無所慮慮者或於將開未開之

際生意外之變故古之真師一一皆有  
補救設無補救則前功盡棄可不哀哉

開督脉法

養浩生曰敢問先開何脉

真人曰先開督脉督脉在脊起尾閭歷夾  
脊玉枕分兩邊上風府入泥丸循兩目  
下鼻兩邊而終於人中皆脊之督也此  
脉在脊骨外兩傍邊左右各有脉未用



功前爲後天精髓所壅塞一加真息通  
透則壅塞自開開竅自開故左脉開則  
左耳先有響聲右脉開則右耳先有響  
聲此脉先開尾閭開時其下甚熱玉柄  
崛起急須着意引上此開倘稟來氣弱  
不得上者於一用功時淫水即洩可用  
大拇指掩住督脉以右食指掩住玉枕  
提氣三十六口再用意導引三四十遍

自然得升如再不過去即離座起身兩  
足並立雙手握固躬自俛手如揖狀輕  
輕擺尾三十六數搖動其氣雖七十不  
老翁亦能通透

開夾脊關法

養浩生曰敢問次開何關

真人曰次開夾脊關此關在脊第十八椎  
骨開時下有熱氣淅淅聲急宜用意導

引以度此關倘稟來氣弱不得上者此  
處疼痛如打傷狀可閉息用息三上一  
上引之自然過去再如不過去便離座  
丁字立定左拳直舉出恭身右手叉腰  
如武士挽弓往來搖動三十六數不二  
三日自然過去

開玉枕關法

養浩生曰敢問次開何關

真人曰次開玉枕關背後第一大椎開時  
不覺熱氣袞袞而上始而茶鳴再如松  
濤久則雷吼急宜用意導引以渡此關  
倘稟來氣弱不能過此者響聲至此即  
住可閉息用意引上隨吸鼻微俯首以  
提之自然過去炁既能過是謂補腦還  
精此小還丹法門

養浩生曰何謂大還丹法門

真人曰大還丹法門者乃炁歸元海也炁  
歸元海者是謂歸根竅復命關貫尾閭  
通泥丸故謂之大還丹也

養浩生曰何方方能大還丹

真人曰若要大還丹除非通任脉關此關  
固易於開然此點真氣氤氲之體本易  
消化倘一嚥遲則口中空有津液夫津  
液屬陰陰質不必結陽丹雖積累千日

終屬無用

養浩生曰然則爲之奈何

真人曰急須通透任脉於嚥津之先用意

從喉墜下中宮如大石墜海一般竟墜

至底行持數日覺腹中輾轉然騰騰然

熱方是任脉通透之驗

養浩生曰任脉不知宜開何處

真人曰任脉自十二重樓肺腕早口皆宜

開之

養浩生曰十二重樓若何

真人曰十二重樓前有辨咽喉法今只用  
意墜之數十自然真炁能認正路不趨

旁徑方中歸可定

養浩生曰肺俞若何

真人曰肺俞在重樓下此乃藏炁之海炁  
固易歸所慮者炁一入此不能即下故

須用意墜下數番方得真炁下行如送  
炁時膈不作噎不必拘此

養浩生曰早口若何

真人曰在心系下其竅甚微倘嚥送之時  
不知斟酌惟求急送止如瓶口不能多  
受勢必旁溢法宜於開十二重樓時細  
細嚥津微微納炁習演久久至開早口  
自免旁溢點點皆入中宮也此開任脉



督脉法更無餘蘊矣但開關後最忌者  
遠行勞碌一犯此弊炁上下時必差三  
四百息則耗無數真炁此其驗也子其  
戒之

引炁入四肢法

養浩生曰敢問引炁入四肢法

真人曰此炁既透任督二脉如水能入海  
雖溝渠溪澗亦必灌溉之所以必引入

四肢百脉也

養浩生曰先當引何脉

真人曰先須引四肢用兩拳各分左右下  
垂如揖直至脚面徐徐引起如提重物  
存此炁自足底湧泉穴漸漸隨手提起  
以至平身以兩拳直伸至頂上使手足  
三陰之炁從足走胸從胸走手將手一  
放又意手足三陽之炁從手走頭從頭

走手從手又至足如此三十六數完則  
手足三陰三陽之炁自然徹上徹下初  
雖不覺後自真炁滾滾也所謂四肢如  
車輪者臻之於此

養浩生曰次宜引何脉

真人曰次宜引委中承山三里三穴委中  
穴在膝後彎紋中承山穴在足根上八  
寸三里穴在膝下三寸欲引此脉先將

左膝抵住右之委中則右之承山自然  
壓住右之三里用意從此氣踵而復起  
三十六數畢又以右膝更作蓋委中能  
管肚腹之患承山能堅筋骨使脉絡通  
流遍身輕健不徒引之而已

養浩生曰次宜引何脉

真人曰次宜引曲池肩井二穴曲池在肘  
後尖紋盡處肩井即頂中也互以手臂

彎轉以左右手交相互抵曲池意領此  
炁平平着力左右往來牽動手亦隨之  
更作三十六數次蓋曲池通手之三陽  
處總交會也

養浩生曰次引何脉

真人曰次宜引風府風池二穴腦後髮際  
之下陷處爲之風府兩關高肉爲之風  
池必以兩手交叉接實風池若首從右

側將右之魚際重風池一按右六更作  
如左往來轉轉搖動天柱三十六自然  
亦能去風痰也

養浩生曰次宜引何脉

真人曰次宜引攢竹聽會二穴攢竹穴在  
眉尖陷中聽會穴在耳珠陷中以兩食  
指按定攢竹以兩大指按定聽會意引  
此炁上下往來三十六數此引四肢百

脉之法全備於此矣但此數段功俱屬  
正功中旁功自與諸開闔法不同可於  
功暇時行之

留炁法

養浩生曰敢問留炁之法

真人曰留炁者留此先天至真之炁此炁  
上與天通未有此形即有此炁開未開  
時則此炁莫能得入中早闔既開時則

此炁自有入路如野禽山獸雖入籠中  
必不安服法宜於采藥後工夫一完隨  
閉塞口鼻如中早一寸三分便宜於一  
寸四五分外用意旋繞二三十度氣急  
又調息爲之再加不行遠路不言不酒  
如護花蕊行住坐臥念茲在茲其中自  
有一團溫熱之氣蘊結於中久久之後  
自然結像也



消陰還陽進神火法

養浩生曰敢問消陰還陽進神火法

真人曰消陰者非消陰中之陰也乃消陽

中之陰也蓋此先天真炁於采嘔時內

雜靈液雖靈矣雜收入早終屬有形久

必消耗安能成胎法宜於采藥時初則

嚥津一遍於虛嚥後住息凝神盡忘四

99

大內存此炁溫然如火結於中宮後嚥

津一遍虛嚥二遍後嚥津一遍虛嚥三遍自然液少炁多胎炁不雜此訣上古真師不肯輕露子其秘之

護陽不散法

養浩生曰敢問護陽不散法

真人曰此功於進火一月方行一次又謂小封固法凡進火一月便不必采藥減食少食不接人事兀坐如愚默然若痴

心要柔和氣要安定不必抵牾但塞口  
鼻外除四大止存中早圓陀陀光燦燦  
一物行之久久自然炁與神住矣陽自  
不散方又采取以圖真積上進

減便溺使不洩真法

養浩生曰敢問減便溺法

真人曰便溺雖屬糟粕無用之物不知多  
則亦令人真炁從此而洩但於此時一

日止可飲一二勺水不飲更妙然又不  
可渴而強使之不飲也但以漸而減方  
不害義至於飯食雖曰充饑止可半飽  
所以上古祖師云饑中飽飽中饑正謂  
此一着也飲食既節便溺自減便溺既  
減真炁自無洩處況此陽炁無形無質  
一身毛孔皆能洩之便溺之外雖沐浴  
流汗皆宜謹慎

踵息第五

總論

養浩生曰敢問踵息之時有何作用  
真人曰踵息者溪深之意謂此息藏之極  
溪處也又真炁路熟能接踵而歸之中  
宮也蓋不止於能住而已功夫至此陽  
炁多而陰質少矣陽氣既多不有以烹  
煉之則丹自不結故有文烹武煉法以

堅其體既烹煉矣設藥物不多則真體  
枯槁故有炁炁歸根法所以佐烹煉也  
當炁炁歸根時設不辨水火則有陰陽  
差殊之謬故有進水進火二法水火進  
時不無銖數若無銖數有何稽考故又  
有交進銖數法此踵息時之合功也

踵息法

養浩生曰敢問踵息之法

真人曰踵息與住息不同蓋住息也者炁止知有住處也至於踵息則所住之氣深深然藏將有成形之意已能七八千息也可一坐半晝不知饑渴止宜兩日采藥一次每月之中一采二養是一月采藥十次也如該采藥日期便先調氣息出入柔緩調百息外便舌抵上腭內不出外不入默運此炁自尾間以至泥

丸入口化液自能點點降入中宮每降  
一點則腹中輾輾然鳴口中香甘無比  
腹中溫熱異常方養火二日養火則不  
必舌抵腭矣但踵厥息內照二日方又  
采藥自住息至此增息法皆不可少

### 文烹武煉法

養浩生曰敢問文烹武煉之法

真人曰夫烹煉者謂烹我之真炁使之老



煉也如養火日先文烹後武煉文烹者  
意要安閒氣要柔靜四肢若不勝武煉  
者意要奮揚氣要鼓壯精神要威武行  
之久久自然神炁相合結而不散

炁炁歸根法

養浩生曰敢問炁炁歸根法

真人曰炁炁歸根者蓋灌溉法也夫於烹  
煉之外設無真炁灌溉則藥性大燥而

不潤法宜於踵息時用意此炁循循歸  
中宮初雖不覺久則其炁一用意引自  
覺煖炁下歸中極功夫至此腹自不饑  
此炁炁歸根之要訣也

### 進水法

養浩生曰教問進水法

真人曰水在人爲液然此液非尋常之液  
蓋出於用功時真炁所化液也乃真水

也此水乃與所留之陽炁原出一本但  
陽炁太烈此水性潤恐陽炁積多故用  
此以潤之所以必需之真水也法宜於  
用功時運此炁自尾閭升泥丸入口化  
液嚥下中宮次次同一法

### 進火法

養浩生曰敢問進火法

真人曰火在人爲神也此神非思慮之神

亦出於行功時神炁交結之神乃真火也此火乃與真水原同一本但水性雖潤終屬陰物必得此火薰蒸方能化質成炁所以必須真火也法宜於用功時下宜抵牾神運此炁自尾間升泥丸乾巔此炁神馭入中宮次次同一法水火交進銖數法養浩生曰敢問水火交進銖數法

真人曰大藥原無斤兩止以炁結為期此  
古師真訣也但藥雖無斤兩然使進水  
火時不知銖數則元坐窮年何為底止  
故初進水火時陽氣大燥法宜多進水  
次宜水火平進後則火宜多而水宜少  
矣以一息為累十息為一銖二十四銖  
為一兩十六兩為一觔如三千八百四  
十息為一觔三萬八千四百息為十觔

一萬息則得三觔餘水火也如初進時  
六停進水四停進火中則五停進水五  
停進火後則六停進火四停進水方得  
水火平等設種息至一萬息是得三觔  
水火也如初進時止宜三千三百三十  
息進水餘時養水俟第二日六千六百  
六十息進火餘時養火餘倣此而行

胎息第六

## 總論

養浩生曰敢問胎息之時有作用否  
真人曰夫胎息謂此息已成胎也所謂長  
胎住息是也必住息然後能長胎功夫  
至此是胎仙已就所謂男子恆胎是也  
此時已將身外有身惟恐真炁不固胎  
嬰有失故有護胎封固法設不離封固  
終非自然故有老煉結丹法既老煉矣

設不成像則聖體不堅故有養丹成像  
法然後聖胎日長氣體日固長年駐世  
肇之此也

封固法

養浩生曰敢問封固法

真人曰封固者謂封固貯藥之早也此早  
既中藏真藥設不封固則所得難償所  
失何以結丹此時既能完是一萬三千



五百息數一皆自然而然毫無勉強法  
宜令學者不必抵牾但一意規中不出  
不入俟此中宮真炁蟠結真神諸脉餘  
氣上下輪轉四肢撼動置之不知之地  
久之脉自定氣自停外使伴侶炷香盤  
初坐三時便擊小銅磬令學者出靜四  
時五時以至十二時皆以漸增不可踰  
則深恐久定之中有所差失慎之慎之

老煉結丹法

養浩生曰敢問老煉結丹法

真人曰老煉結丹者恐此丹不老復反陰

也蓋此丹全憑神炁交結方成聖胎自

數息以至踵息都是炁上的工夫至胎

息方纔在神字上着腳如外丹真鉛既

死方來點死真汞也畢竟鉛上工夫多

也神字既云纔着腳便不可怠慢法宜

全學者於用功時候存此身化作一圓  
光○中有一點乃平日所積之氣亦不  
必抵勝上宜不出不入一意規中行之  
久久真炁自老自然與炁相合爲一不  
數月即能識未來六通圓頓肇之茲也  
六通者謂神境通心境通天眼通天耳  
通他心通風信通也神境通者謂能變  
能化也心境通者謂靈慧異常能識去

來也天眼通者謂睹大地山河如同一  
掌也天耳通者謂上天下地禽畜等音  
皆能聆察也他心通者謂平日未曉皆  
能曉平日未識皆能識不拘一切文章  
技巧也風信通者謂知人前後世事也

養丹成像法

養浩生曰敢問養丹成像法

真人曰按古之祖師有煉五臟神法不知

五臟之炁皆稟中黃所謂土旺四季今  
既於中黃用許多功夫則中黃靈五臟  
皆靈也工夫到此宜令學者於用功時  
內存中央之炁皎若中秋之月圓如方  
旭之日亦不必抵牾但久不入久久  
行之自然湧圓光目生慧炬視夜如日  
此際但有一分好光景不可生一歡喜  
心一分魔景界不可生一恐怖見一意

向前不可退悔自躋聖域子其勉之

# 無胎息第七

## 總論

養浩生曰敢問無胎息有何作用

真人曰到此地位不可以作用言也自此以前設無作用則聖胎何以成自此以後猶執作用則聖胎何以靈所謂無胎息者不可以胎息言也既不可以胎息

言則此身乃太虛之身此炁乃太虛之  
炁所謂聖體也此時惟有養大周天火  
候一着也蓋此丹既能成像猶恐不靈  
故必運此大周天火候以溫養之則其  
體自靈而脫凡入聖肇之此也設無此  
着工夫雖延年千禩亦是空頭王城終  
有敗壞之時子其留心勉之

養大周天火候法

養浩生曰敢問大周天火候是何法則  
真人曰大周天火候者非尋常坐法也此  
際全賴伴侶扶持方無差失若無伴侶  
實難修為法宜擇幽僻人跡罕到去處  
依山臨水相視地形無凶煞者創造艸  
屋或瓦任意明窓淨几多栽筠竹休得  
栽樹恐雀鳥喧嘩擇柔雅勤誠道侶五  
六人選謹厚無傷僮僕四五人凡飲食



不可用厚味大鹹大辣之物饑寒飽煖  
惟要適中靜室用工造如混堂樣開左  
右窓厚褥高席學者不必抵牾惟內養  
胎息初坐一日添至日半又添至二日  
以至三日四日至於七日方爲一周皆  
以漸而進不可躐等倘值開靜日伴侶  
擊小銅磬三下學者耳邊輕輕擊之自  
能醒悟決不可驚惶叫嚷致令學者真

人外逸爲害不淺此際最要謹慎不可  
兒戲全要同心合志伴侶方能無失此  
坐功一載自能神通變化與天地合德  
鬼神同體此成真妙竅脩之於茲也子  
其勤而行之

附女真丹

養浩生曰設婦女修真此法亦宜施之  
乎

真人曰此法亦宜但女真之修猶有閉經  
血一法蓋此法自吾祖

謨母元君通傳以後魏元君傳黃花姑黃

花姑傳麻姑麻姑傳戚姑又分一派呂

祖傳何仙姑又授王重陽度孫仙姑又

授張真奴又分一派簑衣沈真人授金

蓮女皆先閉經蓋男精女血雖屬渣滓

125

然先天之炁盡隱此中設後天洩則先

天亦洩所以開此經路也

養浩生曰敢問閉經之法

真人曰凡女真修煉者亦先照前數息煉

坐坐得身中炁候通了方於經期前一

日子午時行功至半夜子時披衣盤坐

兩手握固抱兩脇候身中升降數次方

用左足跟托住牝戶谷道咬牙努目聳

肩着力一提想赤炁二道自子宮起尾

閣過三關上泥丸下方根注兩乳如此  
行之直候身熱方止後用白熟絹帕納  
入牝戶看比前月多少有無再依前功  
運用以散血氣免致病患不過百日自  
斷矣亦看前月是某日來假如初一日  
來時待初三日方斬一次第二月再斬  
一次第三月再斬一次不過三箇月即  
止矣先月斬尾二月斬腰三月斬頭此

之謂斬赤龍也子其識之

魂漿即蟠桃酒方已見前

二服蒼朮五斤擣爛用布絞汁去渣擇

好茯苓雪白者爲極細末二斤和前汁

如茨實大丸早晚各添三丸不饑不老

按此脾胃家有寒濕滯者服之殊砂

一天門冬膏選白潔淨天門冬十斤先

以水浸去泥次用溫湯泡去皮心然後

用井水五斗桑柴文武火煮至一斗取

起濾淨渣另貯一器又以水二斗漿渣  
再煮至五升去渣將二次藥汁併熬至  
如飴糖爲止用磁罐封貯懸井中三日  
取起每服半酒鐘淡姜湯調下蜜湯亦  
可此道家服食之一方專治痰火最  
驗昔人單服此膏生三十子壽百歲



# 重刊方壺公手錄本三藏真詮序

蕭天石

三藏真詮，乃歷代祖師所示三藏秘要與長生隱訣之玄元大道，爲東派開祖方壺公陸西星真人，及身證道之修真秘本真蹟。係淮海陸氏家藏本，自明以來，迄鮮傳世，實爲萬金不換之「無上天書」也。三藏者，一曰法藏，二曰華藏，三曰論藏；概爲潛虛翁手錄真蹟。開示大道法語者，有呂祖純陽、鍾祖離權、劉祖海蟾、白祖紫清及上陽子等諸仙師，發其幽光，顯其道妙，條其真詮，開其治門！凡有所言，無不精玄奧衍，迥絕千古；虛靈觀化，造極天人！言言聖脈，字字玄機，闡訣中之真訣，暢法中之秘法，眞所謂洩盡天機者也。故東派雙修一脈，其訣法守之甚嚴，傳承尤秘，無盟誓於天，難得眞法眞傳也。是以陸真人既則曰：「守是書者，其知秘之。」再則曰：「法藏則師命甚嚴，永不可示，有盟於天。」復謂「天鑒在茲，永矢勿忘。」故東派於大法授受之際，除禮極隆重，誓亦綦嚴外，修行人平時所持戒律，亦繁而彌謹。以大丹換命接命之法，旋轉乾坤，巧奪天紀，傳不得其人，輒遭天譴，寧不慎歟！玄眞子曰：「千聖不傳栽接法，洞天萬古少人知。」旨哉其言也！

法藏言道，乃神天大法，長生活法之玄機，道之體也。華藏所以極法藏之大用

，道之華也。論藏所以論法華之理與術，道之衍也。由一而之二，由二而之三，由三而生萬；萬化同化，萬象併羅，萬理畢稽，萬法兼賅，而仍返於一；此乃萬殊一本，殊途同歸之道也。三藏大道，乃神人授受之修真秘法，凡有所示，罔同凡典，洩盡天機。有四不傳曰：「非其時不傳，非其地不傳，非其人不傳，非其緣不傳。」以道不可傳，可傳非道也！自求則得之，捨則失之，求神者，自求於心者也。道在自心，神在自心，反求即得。誠信存於內，虔敬生於心，渾然忘我，冥合神人！則求道得道，求神得神，求福得福，求壽得壽，自求即得。

夫人生天地間，自修其性命之道，上超凡夫境地，而與天地合其德，與日月合其明，與鬼神合其靈，則自有其變化氣質、變化形神而「長生久視」之道。有生必有死，此萬物之恒情也。惟就其形上者究極言之，則人之死而亡者形也，死而不亡者神也。物質不滅，化而無形；神亦不滅，靈魂亦不滅，二者本無體無質無形無相，故不可以見，不可以言。實則人之真神（或靈魂）散在天地間，無乎不在，無時不存，能相感以誠，則自相應而來格來示，故切不可迷信視之也。今日科學之不能知不能證者，豈祇神與靈魂及乩事而已哉！

此書之傳，傳於乩筆，由神臨壇，假手乩童以傳神旨，其理事則在人神感通。夫誠則靈，不誠則不靈，信之則有，不信則無。古聖有言曰：「精誠所至，金石爲

開。」余亦嘗曰：「精誠所至，人天感應。」能爲人神交通之道術者，則人與神之間，亦自相感而相應；能爲人天交通之道術者，則人與天之間，亦自相感而相應。誠與信爲感通力之源泉，專一至極，渾然忘我，及至冥然無我境界，則神自降，而人神合一神我合一矣。此種感通力，亦卽人之心力，願力、念力、靈力，心靈放射力或靈光放射力一發生，便可至於無窮，且其速遠超於電波與光波，無遠弗屆。是故此心一發而神卽知，降示法語，靈異超絕，應驗逾常，非人力所能及其萬一；雖說神通，實非神通，而係人能通神也。通神之人，當神降之時，渾然忘我，冥然無我，無意無念，無識無知，而自與神合！失其本我，與神合一，斯爲真神，而無所不知，無所不能，無所不通，無所不靈。此種通神與神顯聖之事，并非法術所致，而係屬於超心靈學與超靈魂學及超神學範圍內事！神爲實有，無乎不在。以其無形，故人不之見，以其有靈，故人能感通。不得其人，不得其道，不得其時，不得其緣，則不能相通，不能相應；非無神也，亦非神不靈也。

本書爲自有法壇以來，在乩史上不可多得之上乘寶典，仙風道氣，渾融無間，非人力所能及也。潛虛翁爲明代飽學之士，天縱奇才，道緣深厚，呂祖等數降其室，秘傳大丹訣法，自修自煉自證，卽身成就，而開東派，與一般「文字丹師」，實不可同日而語。博聞彊記，著作等身，其方壺外史叢編諸書，無一莫非名山不朽之

作。教澤普被，大闡歷世古真之慈悲；法嗣遠播，廣開陰陽雙修之血脈。凡有錄示，片言隻字，概屬玄珠；訣中隱訣，尤爲丹髓。鉛汞相投，瓦礫可吐金碧之輝；龍虎交馳，枯木能爲神龜之舞，接命有術，長生可期。不然，羽化登真之祖，豈肯爲妄語以欺世誤人哉！余得賭斯書，拍案驚奇，焚香默參，讚仰無已；深覺其有旋轉陰陽，顛倒乾坤，改換生死，主宰造化之天機活法。修而證之，立竿見影；神而明之，妙用無窮。凡不可於萬卷丹經中得之者，無不可於斯書中得之！昔淮海陸氏之家藏秘本，今由文山石屋影印而流通之，以廣結善緣，普度有道，不亦宜乎！否則世變時移，終將湮絕而無傳矣。故特表而出之，藉彰聖教。晚歲以來，二十餘年間，居恒以「刊不刊之書，傳不傳之學，解不解之惑，通不通之道」爲志事，藉以自遜。取人之所棄，爲人之所不爲，要亦爲與人無忤，與世無爭，居易以俟化之道，非嗜痂有癖，而故背時趨也！是爲序。

中華民國六十二年戊戌季冬丹文山遜叟蕭天石於石屋艸堂

方壺公修真墨蹟

上卷

三藏真詮

十六世孫元沼裱訂



山王題

隆慶元年十二月廿八日入夕

法祖親降手書





三藏真詮序

清虛洞天侍者潛虛子陸西星謹製

玄元大道陶鑄萬物天地日星山河動植皆象形之糟粕其精粹純和靈明洞豁不屬有無不落方所者鍾為

體

帝聖真仙于以旋斡陰陽主宰造化三清之境彌羅之天蓬瀛閼風之上若人居之可望而不可攀歸乎邈哉斯造化之實理也達者則信衆人疑焉昔者漢武雄材好仙卒為方士所惑白首無驗慨爾嘆曰天下

豈有神仙傷哉志乎天下未嘗無仙願帝弗識耳  
帝左右執戟為郎者誰也神仙之道以玩世為適度  
人為功故嘗不遠於人間浮之間奚眇奇著大都誠  
精者格緣契者遇道合者親行滿者度師之得徒  
方諸徒之得師同一度快古今而然焉可誣也星譚  
劣於道固聞爰自丁未之秋偶以因緣遭際得與四  
溟姚君同被

師眷諄諄誨教多歷年所援毫紀事要領則書積  
有歲時溢乎簡帙其後導陽趙君又以姚君遭際

同侍

師門參差歲月各紀所授會而觀之條分縷共厥旨  
不殊三生之遇誠希覲哉星恐世變時移教湮莫  
振爰合二家紀載之書裒而集之析為三卷一曰法  
藏二曰華藏三曰論藏法言道華言詞論言論也  
各以手翰輯錄藏之其家比於大訓河圖焉守是  
書者其知秘之法藏則師命甚嚴永不可示有盟  
於

天其盟曰寧售已盜無示法藏天鑒在茲永矢勿

忘

嘉靖四十五年歲次丙寅閏十月念又一日

三藏真詮卷之一

法藏

清虛洞天侍者潛虛子陸西星編

法祖純陽老師

青春客盡喻上乘術尔徒播弄文術窮疲精神不為天壤山水笑者無幾矣

弟子輩數以文瀆師、固發此

非也予等清修百日皆可以作胎仙

弟子言仙乃天福非凡骨可

期師故答此

參同悟真乃入道之階梯 問當讀何書

陰陽合而成道

弟子問道

有為三峯術者可令先除墓地

問三峯術

依有力備法財妙妙不用財而用財此所以為妙也 丁未年

下手工夫先以靜思為本危坐絕想舉目不見雜物用信香一炷以覘火候然不泥於迹非今之覘火候

以下各條在戊申春正月授道始此

兒孫。孫。父生子子生孫孫子元同一團氣氣散之時子孫去只落老父在虛無長生不滅由他做 論先天炁

虛無中有至實至有或曰無中生有虛裏造實則有實根芽何處不為窮實不着實做惡能參如來以成仙佛予應之曰子以是疑之殆不喻耳一身所以生所以生其生也非父精母血其所以生也亦非父精母血乃離精血之

真精血故生子生孫則至有至實見矣

解上歌意

於尔心上做起於尔心上技巧

問下手工夫

先足真鉛後伏真汞鉛是陰中之陽以心作起落用敬以取真鉛之炁所以用敬蓋因人身所有者皆是濁氣則皆是陰也能敬則思慮不起清氣自如故易曰復其見天地之心夫復者復其本然之心則天地在是夫本然之心是那不思不雜不肆不賁不偽之心也故孟子所謂清明之氣子能敬則固陰中之陽斯有真鉛

以敬作採取斧頭無敬則無真鉛。又何以容吾之採

取 所謂敬與儒者作聖之敬不同只是在這上頭惺  
做去 夫孔子聖人也欲行周公之道是聖心也故夢見之  
是聖夢也然則孔子何嘗因夜間濁氣而朦其聖心子  
患敬不立立則鉛氣生生則惡可已 弟子因慮夜夢昏濁  
師故答此圖按師因星華初學故止論及此然實玉液煉已之功不可誣也  
恍惚中清、楚、升上來降下去幾在虛无說到這虛處  
予不能形容子不能領悟

銀海池、、、乘鶴登之君莫疑

師自書

遇而不遇是真遇有處覓師却廢師



海蟾劉仙師

戊申二月上日

草莽中陽戰陰兮交魄落魄東鄰犬吠冷消清液金  
華冉兮掛盡寶光一上來一下去虎入龍潭真的成如  
珠滿腹即忙用木金所長兮自如擎青鏡在手兮破  
碎妖魔送頂心大賣機緘兮始遊未百步見黃婆丹乳  
之其聲暢洋終騰萬里兮飛天涉水又回首兮重鍊台  
虛造化無雙兮

法祖純陽老師

入頭鏡

戊申夏授此於寶嚴禪房是日始告盟

入頭鏡在我心心不虛兮景不明有一藥懸太室取未磨  
之室又室照怪物非定形鍊鋼打劍飄青風富我屋潤  
我身邪魔不擾兮月大明面山坐養真人真人出兮萬  
象形耀武大沸湧時戰野龍鳴初發聲濟文火聽蟬  
鳴蟬不鳴時放大紅不可過則傷莫不足不足則嫩嫩  
則返兮永又騰要知來時景須覓此日中要知止時信  
須知惺又惺此是結胎法子等慎而行

贈陸生對聯

戊申冬

約火升丹早

沉思下榻遲

夫火之上升水之下降然伏汞起於鉛之上升而鉛之所以升則由於火謂之約者因火或失於散漫則汞高飛而不成金液或失於斷續則汞老度於後天亦不成珊瑚故入道者必知約火之法 此解對意

玄點百關妙函八鼎採之者消業病朽甚至舍父母妻子不得少間子以頑雅碌碌偶遇老夫雖金紫萬戶曾不可易反蕩昏昧若醉人然終不能悟費我力何多此未絕子令改 十二月初五日師諭不計何年當在己酉以後庚子癸

四年星衣食奔走與師契濶至甲寅而星以內艱歸乙卯復與

師遇而傳地元

濁淮四流人不再飽子等安得兀然高坐以待斃耶

乙卯年邑大水民飢師降於南村萬柳堂中示此以發授丹之端是日授丹有飛劍斬邪之異予輩悚然久之

以白變白黃不可用中有至精可作大丹

銀鉛二物相生相死銀非鉛則真氣不生鉛非銀則終是蠢物二物和合妙用自生名曰靈基可造黃房調停此兒方成至剛至剛不磨用之者昌大積一採出靈霜周天火候要配陰陽取而餌之洞天壽長那時兀坐逍遙樓中

方性命合虛矣

何謂和合用銀為母鉛配之亦無定數但靈氣足方可耳  
問靈氣足有何消息

何消息：上無雲影下無色中間一个素娥兒飛來  
飛去無蹤跡  
右五條七月初八日降示

月夕爐中藥

九月初九日降於室嚴西禪房贈道者願

風花座上灰

雙峰下聯贈仁慈上人師言佛言明心見性

性見還緣妄

不知既見了性即是妄境佛云色即是空

雲開即是空

太說誤了我故云雲開即是空也

雪映冰潭了淨梅梢新月始可藥生

雷聞玉闕直飛海底金身方云穎脫

右聯九月十一日復降於禪房贈姚陸二生遂以是日授地元  
火候訣鉛銀二八爐中煉得鉛枯見永生永生便是丹  
基結、、再看鉛三十六斤盡消沒、、有真梳絃  
絕之時陽生滅絃絕者言陽生如斷絃之疾此師自註陽不滅  
弭來送在黃房歇那時永死不能飛過却紅塵千  
萬劫、、再脫胎、、神化灰缸接一接一接妙於神  
造个神葫頻養熟、、一氣生取來吞之終無說

師既授此頃之復降命取焚之作為隱語隨註於后

二物相投文武並用赤者既見金身黑者徐、用入四八數  
足妙用自生執契者守靜無為停、溫浴三百功圓那  
時却入灰缸接製、數足始作神房保合十月真陽自  
生用之人已白日飛昇

四當作四九當時筆誤

問二物相投作何池投之曰始用灰池

問文武並用曰火有不同前文后武問武用何時曰紅氣上升時

用之問煉幾時曰不拘時日任于精神

文火採藥之火武火脫胎之火

問赤者曰已永是也問見身在何時曰在金水淨之時如天地初

分問何景象曰如飛雲出岫中有玄黃乃云汞足問見身後若何曰取出復作鉛池

問黑者徐用入多少曰一次八兩

問四八數是妙用自生有何景象曰鉛滅時其氣來金光透室方可養之間養於何池曰即在池中周養幾時曰九炷香

問三百功圓以後如何曰再求真土、須在鉛汞之中子母分胎又少不得煉得休壯方子不盜母問煉到何時止⑦曰只是再煉到無汁無瑕田地五炷香用有力者三人搦之少煖則獅頭起而泄氣矣



問接製曰以二抱一九轉到分厘点化一轉三七日二轉二七日三轉一七日  
四轉六日五轉五日六轉四日七八九轉俱三日

師言丹有三乘皆可了命有天元地元人元天元許仙長是  
也地元楊子所為人元顧子所學實是世人不知妄為譁解

問有大小否曰有大小天包乎地地載乎人大小見矣

師言我之道變化無窮始難而終易

師言內外一道火候一樣人身中也要煉已爐火中也要煉氣  
藥生也一時採取同一訣溫養脫胎無一不同

師言鉛氣生則真汞就汞銀中之精也世間窮難的是

銀中之精不可乾

永

以上四條皆先後記憶師言師傳地元畢其日遂言与吾有十年之期不復降矣

乙卯十月二十八日吳草仙降於西禪書舍草仙名壽長  
號素野真人師弟子也師初降時即嘗與將命

問文火求鉛武火採汞何也曰求鉛只是養和合用烹煎

問武火紅氣上升時用何時止曰五彩霞盡即止

見

問鉛銀以少入可乎曰一齊下庶氣不參差

問求土寧保獅頭不起乎曰歸真土則博厚可以載物而  
子高厚他自不升出來

問起獅頭何也曰固是真氣未完亦由火候失調

鼎形如中天半壁高三寸六分其大盈掌

十一月十二日午刻

白紫清仙師降於陳小岡家示此

太清一宝珠沉在深潭底不見是混沌見之是爾我混沌既  
無用尔我又無體見而不見真奇哉誰人識破引歸來送  
在黃房隱三百週年莫強猜子等識此意耶

問真土作真土歌

氣足為真土真土何處求紅黃乃飛聲先声也青白方  
未候青白亦是軟淺軟化作美金剛滿天星斗清如水

鏡着塵、非是世間塵藥到此時方可用点銅化錫皆其  
根 煉到無汁無瑕田地再進數扇不嫌於老問有  
傷乎曰否

十月二十二日草仙降於西禪書舍言養砂訣  
初轉一日半刻間用大火令母熱然後用文火火候亦用上弦  
之數同火食大傷砂否曰不

炭團以酒漿為之有大小不一一在灰缸底一在上以現盛  
裏 砂在上母在下砂用生者中無餘物

十一月二十八日草仙降於西禪書舍作別詩

念尔塵緣重蓬萊幾萬程  
彤雲一回首古寺雪風清  
冬上一日素野真人吳壽長書於憑虛山館

吾師怪子德薄罪予輕傳已永已住任子爲之此後不得  
有言

閏十一月二十七日南宮列仙孟河清降於西禪書舍作此  
砂砂砂白骨一點發紅霞一粒曾化滄溟水一粒曾開頃  
刻花取來懸在太空裏溫溫溶溶遍天涯那時得之忽發  
燥東龍飛上玉皇家

問內外二丹大小曰外丹能普濟衆生內丹能使人知之不能

使人為之問服食曰即服即仙

陸子順修出酒入詩簿書進退雖策名天朝即不斗大  
逆修則能長駕風雲驅環魔鬼亦可列仙

姚子順修則瑤閤歌喧風亭棋響出入關津錦衣入室  
雖名震一方而疾不長步

顧子逆修則遍跡四州魂蕩七室雖可出神竟難了性

後顧子以己未之秋來訪予於金臺至臨清得風顛之疾  
而死高郵徐濟臨清非四大州乎七室艱舡也魂蕩顛也事有

前定非偶然者

七室疑作七室艱舡有七室倉

此順逆修皆由於德無則兩失之

十二月初五日含真章子降章亦列仙言斬三尸法

覺邪念動呪曰我為尔家尔奪我室使我朝無所棲  
夜無所止子何忍也子若忍之吾取吾玄真劍混元盃行  
將滅之子為何如速避速避

十二月十二日

法祖純陽老師降問于丹熟乎誰教子大胆乾承  
予言玄真子所命師言子信師而學之亦為不善學  
矣  
子法未精又再洩火不調母又少德又涼安

能全集乎

天遠緣絕終請與二子分手逢卓異走遇張是家兒  
石橫身方見子志那時方能了手

丙辰年二月十五日周天神下降欲授三五飛步之術言當  
此劫中不動手待何時

三月初一日夜周天神降於憑虛館言三五飛步之術已  
奏玄真白天神執奏以為不可往返再回終莫能得又  
言前見天老奏修真子三千已有某名矣此三千可成近  
百可喜揚州一府三人而已



三月初八日予有疏懇白天神言三五術白遣神兵示予云有所藉而為善者其善必不精子欲人買子為善耶又云子積善得善行善有何不可又云凡草木必根固神完方能暢達又云積善無日月鑒井及泉不計工夫皆答疏中語也

十一月二十三日張天神降授駟瘦符言已奏得允萬發萬中

丁巳年二月初一日素野真人降言聖母死殯事又言君等失前斷絃之意



火候失調也不見

半請半溜陰

陽分覺此時正子母分離即易之既濟老嫩在此  
問碧眼是何曰靈也多看幾等多鉛眼多又不可  
火不計多少但看安頓何如

初言

素溟仙師降於西禪書舍言獅頭皆母內火不去用蓋  
以固其氣不退火以退火

大真方仙師

初號矯亭先生

丁巳年十一月二十四日未刻託

呂師降作詩云絙上仙翁人不識茫々携履唯何適夜

來西苑一陽生欲向東床憲報消息無消息何所適銀

空晃朗欲霜飛沉々待月秋江壁碧

欲問道人名雖解道人意々解即相知徒名如不遇

金鼎求何事玉池鉛已非試看江上月隱々一鳥飛

世事何大小蹉跎空自老縱有李子金不如當時好

十二月十四日託素野降言吾令子等積行全未能守

吾十戒賜汝初轉丹來日丹請授戒越日始授丹

十戒

一曰勿洩

雖妻子亦不可通知

二曰勿貳

二人同心

三曰勿貪

四曰勿媿

五曰勿忌

六曰勿嗔

七曰勿愛

八曰勿明

辨是與非

九曰勿飲

不至極醉

十曰勿侈

十六日卯刻託素野言丹已降於翠壺中百稽首啓  
視也之死永也重五錢言可養可煎

二十八日託素野言養砂法鼎上火有大小三樣下則一樣大者但有升降

戊午己未庚申予皆客金臺

神僧數條遵陽子錄記當在庚申

神僧曰仙佛一源予知性不知命總問命當知性世間性命豈得為瓦礫者科子家半年上吾受一緣故來耳慈悲二字乃慈心非心天下萬物一心萬物無心乃靈光一粒子等以我為心不知慈悲何物子等性命之學全然未了真乘堅驅良面墻學術不知身心有許多說話

不悟了緣徒為彫蟲小技聞見耿々自謂天下事已知者毫  
芒何異燎虫之燭天寸木之步海多見其不知分也子會積  
金不會積命性命為重黃金為輕子戀其所輕略其所  
重無是說也何謂重千里為重何謂輕欲輕即是愛  
欲重即是貪貪愛之人非吾徒也

車至為輕

我有一事問子等酒能醉人乎人能醉酒乎酒能醉人則仙  
聖當勿飲人能醉酒則我當自為劑量願子視天下事  
皆如酒視已為飲酒人使我醉酒不可使酒醉我如此性自  
見經無談道非道我無道我非我我是物化方可空心上達

黃谷錢仙師遵陽記錄

精氣神仙佛之根非真根乃假根也精氣神就子論之皆凡也精為交感之精氣為呼吸之氣神為思慮之神何以得道修道者精為元始之精氣為渾一之氣神為不死之神然非凡精做不得出真精氣神亦如此精氣神合做一塊方為修道凡修真者先平氣用真息以元神隨氣運而精自合穴矣真息者不在喉下在臍下不在鼻中上下穴中然欲得真息須從凡息來調息須靜坐始又要去塵念始去念靜坐澄心把凡息從粗處坐細了從細處坐若無了然

後將此息搬入丹田上下自如神隨氣降所謂綿綿若存用之不勤此入仙之梯也有意化無意若全是有意又是使氣所謂龜息忘年正謂是也子等息恙皆逆喉

此一係內煉之法亦已泄盡但遵而行之何道之不戒得耶當時

師授遵陽豈知今日張公吃酒李公醉也拜閱之餘何勝慶幸時

隆慶改元五月十有三日弟子星謹跋



辛酉年

予以是年得地於灌河之濱其東闢為大園宅於高樹之西適合仙旨事皆前定豈偶然也

建

漢北朝陳太初仙翁降於遵陽宅予欲卜居曰宇宙一足地

四圍方寸間東園西樹下獨可奈心閑此中意味當自得

之

首前附後便是佳園

予近見間者何可惜哉本是清微骨却作黃

金奴世間第一流不會學而往來冰雪間何謬苦如此精神為用大矣日夜淬礪瓦礫奇策之士為之乎

甲子年

法祖純陽老師降遵陽宅與予語

此為授道之始故詳記之

道在何許究竟何自予近慕道非云悟道止傳尤未也

道不在何處參不究竟何由得若在時放步到子等皆死  
心解 仙佛同源枝葉少異佛若只是無極則草木皆

生西域

道不在顏氏何謂卓爾道若在顏氏何謂本

由 子近日見太高一層把人心性都作無用了

貪字又粗甚

着字何着力

畧有何影響

答予言

此道重如太山不得看輕了輕如無虛不得看重了如飲食  
中正味人自得之豈得開口認殺有無

真假二字母子二條子皆隔紙

真處莫作真便是了

中有内外即是内内又非外

凡人成仙作佛終有成作

二字便不得立地空清

現此一條則知吾師別授隱然言外

五八又三三陸生時進茅

甲子年

方人入室下手一刻不差何得走動雖不走動又非死的此一條在信者彼信也焉得不在人也後偶遺之

法祖純陽老師降予宅授三論人元

星按此論明白詳盡師之思等諸覆載也

道不在天亦不在地天地外又無道是知道者盜也他能盜我  
須知我去盜他盜有侶無侶則失機機者殺機也盜有路  
路有門、路有信、得始通無信則賓主不能適值、得  
又有分兩主賓對語又要慎重當言而言當止而止行止  
在我又要在人問何謂在人如信者彼信也焉得不在人也

乙丑年正月

法祖純陽老師降予宅首言成真子別號國中師

三字皆二歲姓

何日月華明却在不明日明既着形軀不明潛龍日有無  
混沌間乃是諸佛偈

妙哉妙哉已授之矣惜當時猶暗投明珠也

子不明正宗者因子知中路可適天台不知行路有多少累

象緩急

藥具波此也

藥性生機也

生機不死機中有神、明若來必然有信機不可知信則

可見

時有談玄者語予人元口訣予故質之師云

子見虛、中雖無物、不外虛中少為近道若兒見着物

物雖有可執持終不是活悟故為遠道

口訣是活的 向月之圓存乎口訣

壬水癸水未面 問癸盡壬生之語

子取上陽生說末當我前 問鉛生於癸後陽產於鉛中

癸何由生必有原頭子既知應無住而生其心又何疑此邪  
若曰癸后則是癸為母炁是有所住而生其心矣

一刻若差便是誣猜 有信、便是一刻不差 信前有

調弄功夫信至一毫不爽信即如姚子昨問白但他未解

耳 若他不生是恁不惑我

夫婦交感若全在洩精之念則一度一生若不在精洩之念則未合之夫婦皆有生矣

無信凡念也有信真念也

二月

上陽陳觀吾仙師

出入有無乍明乍滅罪福天人究竟何別

問鉛生癸後

凡香穢觸法色相未呈其氣先飛人身經脉凡見皆有道理經之初至則是見聞見聞既有即度后天后天既北

以漸日昏如太陽未出先發放元光太陽既升其神油淡  
淡而丹中萬物已老少之日是萬物皆死死而有象象入  
無象之丹含元易又生

此朕非自有一定不得散求

### 問煉已

煉已說話進門不一煉已有三關上關買求心性中關自在  
心性下關毫厘積聚心性子等止有上下二關可走

言人心性萬化不一變態不常縱有靈覺暫開復蔽如陸  
子談禪亦是空見非是爐中靈藥何以立躋聖域

如子家有父母妻子學道者須要捨此遠恩愛豈得捨此恩  
愛必然家之得當方死此心又如見此萬種罪苦非不欲立  
超法航曾如無可了念即此不了便是固我由此固我便起  
謀為々一起百爭影化如何得清淨心

靈藥非外丹而何中關乃赤子門戶



法祖純陽老師降予拜而叩道

首乘要知養不雜之體中乘當覓符來之信下乘當識自然之用

子不知不雜者非聖學也誣曰精神潛守元炁使萬景澄靜如水定淵中是也中乘之信雖是微渺的有可援言此信雖生於弦斷之時但有一箇恰好時節又于一毫不知也子聖相傳惟此而已子或以今日求又非矣

順自然又非聽自然也用不得清淨心用得混沌心如睡濃初醒時是也  
須要如啞把又要如癡人子見張奴傳乎

設雖婦人亦要得行乞

太真方仙師

授丹始此

藥物具心性靈半月間即便成

要七日養前七日煉

前七日舉常而言或三兩日或十餘日

未可知其他細微密旨必有授之者

十二月十四日飲罷太真仙師降索書後三紙

即疾即疾緣重業沉左引右翼同生帝京

鉛汞兩事非吾孫不成孫疾非二子不正白雲風煉吾孫緣重

矣

白雲山中孫煉素矣一為吾孫一為吾徒子等根基不及多矣

十二月 日傳

法祖言索書共四紙

東海細民無風塵之厄無反側之危坐致百金若易視也或謂之經營曰諾乃請春與質資之以若恃愛而易侵也卒之市間左顧右盼得一人可付者且入其室上下銖銖少不稱與竟不與也明為盜得亦甘心焉况重於此乎况重而至於無所重乎以無所重之道即望人以授之怪也即以受人怪

也幸謂三子

十二月廿七日昏暮時

法祖純陽老師同悟寂禪師降其夕授盟索書二紙

仙佛諸眷同來先言法言後待諸君雲駕另言前事老師

悟寂禪師曰上宗正覺子頗能悟一二但中守約真訣或

未竟也完因作一偈

凡人皆有心妙用即是性不可有住心一住便雕琢不可有空心

一空便失落有無皆非道無有不可却試看佛前燈面皆圓

覺

有無皆落邊見故云非道無中含有了道也故不可却

普物無心順事無情倡

普物即是有無心即是空合此有無字佛心自此生

普物機也定寂空也

照心不可疑：即是住心慧心不可有有即是機心照慧在  
何處靈臺色、清

精微之極

本照覺照又是照上加照 照可照不可知知處是心照

欲為老佛先學嬰兒

予問守約真訣答此

生死以之

乙丑歲餘予授道與海陵三子請予盟山而今而後不可違也

嘗值將佐為我記之呂道人書授真舍堂

師書

既盟之後道共心同有自私自退自輕者願師法劍誅之

此師命誓之詞

鼎必三元何二抱一舉成數只得十二求無失只可十數

三八廿四二抱一每八得四故曰十二此成數也汞無十分汞火無十分火加數在外此外可得廿八九克之此其一也

炭一池得十斤子算三八廿四一八無咎得三十六池百石方可作具茲其一也

鉄器也要十八斤

鉛也要一百五十斤

好香日燒也要二三斤

衣服也要從新換

好砂也要二斤一以擇取一以轉製

堅尔心清尔性合尔神一了百了身外生身豈淺哉

此條方師言

丙寅年正月

素野仙兄傳

法祖言索書三紙

得手在寅埋名在酉身可與人道當自守吳道人傳師言授陸子

淨身心立住脚到辰年飛字廓

授姚子

虎尾鬼身可得麟角逢卯遇未是汝大坎拜師三度方  
能守爐

授趙子

三月素野仙兄降問復採沉下者

假如八兩母八兩鉛氣起沉下還有六兩重可復採也如少又不  
可何然已甚破渾淪矣若已照而沉猶不可也

問汞得悉高下青為下白而有神者上白而實者中可乳上  
不必乳下不可用

問砂青白而有神者上青外而中青紅者中可乳紅多而青  
微者下不可乳也好則俱好



七月二十三日未刻

立陽周仙長降書

汝等同心力道朝天可期否則先後隨殞錢家堡主人來  
錢家堡方師公孫相約之所仙長以予輩不知故報之

立陽周先生

錢黃谷仙師高第也以人元成道於雲南故人苗土官家  
方予修地元時

太真師請於

黃谷得先生為予輩羽翼先生爽剴英敏知無不言

洞見肝膽予輩深賴之常以不時賜降道諸真消息  
予輩人元之學得之先生者更多疑乎聞所未聞矣  
素野兄言法祖純翁謂予与三子相遇二十餘年未嘗  
成段訣破天機而立陽子以傾盂之頃盡露法藏愛道  
似不若此惜時以匆遽未能一一授簡姑舉曩所記憶  
者一二以志不忘然已十遺八九矣丙寅十一月十有八日記  
二月末旬先生初降時即為予修池因觀予舉火送  
容論及人元言火生於木禍發必克吾人乃永體也永屬  
本初鼎乃柔弱之火溫和之氣足以長養發生而成大丹

若敗鼎則燥烈之火甚能消燂真炁賊害丹爐今人採取  
敗鼎者待陽壯少睡以為藥徵不知真炁被其消燂故  
神不自寧有若是耳所謂禍發必克非徒無益而又害之  
次言悟此道者如米炊飯此喻明切非特狀其易而已也  
波之真鉛譬則水也我之真汞譬則米也神火譬則火也  
火力調停則水入米中其水漸乾而米漸長成飯水漸乾  
抽鉛之謂也米漸大添汞之謂也

固

原來積汞所以為真鉛之城郭城郭不完則雖得真  
鉛而不覺日消月耗欲望成丹其可得乎

此道至易至簡丹書未可盡信仙翁不欲直指故為訖  
又恐人以命宝輕弄故直難之使之其難其慎而不敢輕  
有所為及其臨爐採藥隨取隨得又無甚難也

先生一日降予卧内從容慰諭久之因指一鼎示予曰其外  
者混沌之氣即無極也其未還在無極之先其簇而歸  
中者恍惚有相即太極也太極動而生陽故俟其動而採  
之動即易之復卦

先生又謂採藥之法仙家謂之金剪銚如初開之  
花一剪而斷枝葉雖斷而花不知顏色自若也

是日論元鉛生之候言凡可以算數曆律星杓可紀者  
皆不可謂之活子時彼自有活時

二刻妙用正在此時是語非為洩機乃予迎機而告法祖知之必不予罪也因以手舉炉着几曰如此易、先生之恩等諸覆載中心藏之何可忘耶

先生於夏間一夕與予語諸塗言赤子之體雖全然不解存神死亦須留而活亦則走吾人破体者死亦雖走而解存神反能留活亦也又以燈籠為喻糊其走風者而已

予問翳風常向坎中吹曰風有谷風有道再叩之曰俟再言先生又言調鼎不得太早子畏走亦獨不惜彼鉛飛耶

先生一日言風道乃任督二脉彼此吹之引風而入其道即是開關展竅其橐籥以葱為之

二月廿六日予煉三小鼎皆異不可曉先生降而語之曰適侍法祖呂公言示予三鼎一者癸水正色微黑而紫一者活无極也金粉沉底蜿蜒回連一者攢簇五行留以為質

九月九日

神師降予宅索洪誓為予輩護法

神師不言姓名明姬謂之神公乃玄天將首

凡眾寧屠一牛不起一殺念殺即嗔恨心也寧售已盜不露一藏法也寧甘棄百有不坐失藥物也寧悖君親不踈一真侶也數字子能解行之吾保進道少坐思之

當把前面學道日程盡當焚燼自今月今日今時為始何以故前面都美不得能解行否能解作洪誓否寧對鎗刀無對神誓：不易為也你們前師盟美不得你等亦不曾依得若當真子等皆灰燼矣

寧可欺君毋為神欺

師能度子法不能翼子操

寧回忍棄道毋發誓神何以故誓必至戾神必依誓依則小而戮身大則滿門灰燼是欲偷生而反傷也不如棄道乎哉

你開口便行方便纔有嗔恨即是井中汲水水雖復定已分鉢兩一有是心便任出入

纔言無心露法便是割心與人

但進所未能保所已盡

答姚生

誓當再思、必有大事

親押挿血為盟一有疑念便當已之勿以性命作口說人



情也

其人非一人子焉能自語答陸生其緩急在子吾何擇期

予能主成否予能杀魔魁王予能作大臣予能上天地

予歷代護法顯振神王非師也乃汝師敬請來耳

初十日予輦軟血成誓

神師為書天鑒在茲四字十二三為予與趙特示二鼎

池中有声一以鉛擲地又護一小鼎池雖裂而不漏

十月日初予晚進香忽一香挿於茲字之上正中不偏

十月初一日昏暮時予方煉罷入養忽

鍾離老太師下降舞兩袖而歌天地靈造化慳緣未至  
在心堅如此經行中外已舞且歌數十遍席地而坐命予  
輩皆列坐予叩首止之曰莫作虛礼因問鉛在那裡汞  
在那裡予倉卒無以應曰汝吃木杓者耶予應以抹鉛之  
法曰汞在那裡予曰汞是銀中之精弟子不知願吾師指  
迷曰超脫之時凡有紅黑之氣可見者是汞也一毫不盡則  
終是不伏故須煉至瑩然由瑩然而渾然汝到此悟起  
獅頭不知既歸真土則博厚可以載物自不升出矣因  
示養火之法火大則起鉛火小則起汞以四兩細炭作餅

而三分之內用泥套以尚中正其高二寸外用瓦套以救火氣其高七寸如此做去自成汝知汝之師而不知汝師之復有師也言訖而別

太師別後予輦止火者月餘十月十日乃復首事煉罷養火夜得一夢輾轉寤寐數次皆同始夢至一處見一大池中有一錦鱗大者可三四十斤遊泳水底清澈可鑒予見此鱗命人下水取之隨取隨得有一大者昂首就抱而出如此連夢二次又夢見

法祖於酒肆中師同一人云是白姓予貰酒飲師枕予膝上又

見一小童云是素野予与拜之謝其殷勤時師与白師言予皆不能悉師問何不听予言予答以方拜素野後師出門面西与予拜别予别師後復别素野明早語姚君云言夜夢上竒夢入一洞府見諸真八十餘人中止識

法祖飛霞標緲仙樂鏗鏘有桃如南瓜之狀諸真剖而食之其樂無涯

十一月十二日申刻煉罷

法祖純陽老師降手擊缶而歌水雲鄉入洞房云云正茫

茫云云不能悉記言吾輩火候差殊大意謂月出庚如

方師者認差觀之晦朔之間晦盡朔來方生庚月此是藥生之時如方子兩次弄取是上乘降為中乘取之不得復鈎取之是中乘降為下乘矣

又言不必九鼎採藥只在片時成功只在三日

三十六斤乃天元三倍子等必不能池鼎既多一有休咎前功盡棄

又言汝說見五彩霞為求走非也此是人生於寅時節  
萬物明盛有色相可見之相見乎離之意

又言汝輩緣尚早從前所作都算不得今始進得一步  
予自師別記其言五更起坐恍然有悟作詩呈師

晦朔之間自合符無中含含有還無直看晦盡俄成  
朔便是三庚日出初

師言汝看三庚之月也怎麼出來當時只疑作三更出月  
悟後方知有味

十月十三日辰刻

法祖降予養靜龕中始命陸生闔龕門次命磨墨少頃命掃素予取紙呈

師：命闔室門闔已命予脫去羶氎棄履入龕闔門趺坐

師送容顧予言與子邂逅二十餘年偶亦因緣遂成故曰今覩吾子志頗精勤足以居道今年今月今日今時以道授子與子長別予起而長跪

師言凡我所言子已徹悟但悟而不悟今當與子訣破藏之於心亦是萬劫不壞夫出唐之月何以在三日蓋激陽之

無始是為生天生地生人生物之根晦之夜陽之盡也  
一之日陽之胞也二之日陽之韞也三之日陽激烈而明生  
焉然見月已不是月所以仙翁往只言晦朔之間晦去朔  
未謂之間者間不容髮不見不是月見月不是月子熟記  
之予謂如此若何而取曰晦盡便了予問師前所謂弦絕  
之時莫非此意否曰是汝知此則人元之道不外是矣

師言藥物之生全在火候、既調自因天機妙合何假  
積累如男女化生只在一時絪縕自然而成若待積累則  
商賈遠離終無嗣續而夫妻相守者又皆孫子滿前矣



故吾謂方子之法非上乘者謂於造化有斡旋也有斡旋則非天機自然矣

至此處遵陽方未師命進復告戒之續始前語

前授子鉛用三十六斤者乃天元銖兩謂子必用百金者非要子等耗火忘財蓋天機妙合必非一鼎可成須以八鼎取之不然徒糜費歲月而志氣日就隳墜矣

人元之道至易至簡得法全無工夫無意則火冷而丹散加意則火燥而丹傷丹者自然之和氣也要當勿忘勿助以為火候予問只如此惺、做去是否師言惺、又是沐浴之法沐浴畢又將惺、包在混沌之中此時師欲言

別予問地丹養火之法師言活法在人皆然是粗的火大者養起鉛氣走而歸心其色青者混濁而不可用火小而見風則起紅粟亦未可用予問色紫而帶黑者何如曰此猶為活血可用然已入於下乘矣師言予授道已畢子靜思之今年今月今日今時與子長別從此仙亦不降予問何故師言非是仙凡道絕仙凡道異故降仙凡道同故別吾行世教去也予具紙墨請書師言本欲使子記之然言已在于心上矣言訖而別

是日未刻素野師兄復降予龕中首歌見雲霧蒼烟  
水茫引下了蟾宮一段香又歌古寺雪風清句二作皆素  
野兄昔所製者予乃焚香即席而問師何以別兄言吾  
師已別予矣就別予問何故兄言別了纔是吾師適与予  
言後趙子已至有言不能盡者三命予教之一者人元要  
擇活昇活昇者謂彼意思伶俐不畏戒忌我而解調  
二者採藥臨爐之時要正心誠意不得妄起邪淫專以  
真相感相眷相戀使彼求而我應彼動而我靜如此方為  
合妙三言養砂無得簇日轉加功只要薰蒸透徹其火

之調停存乎妙用上下進退審要合天度春溫夏  
秋涼冬寒不可毫髮差殊有傷丹體砂粒要  
有城郭擇大者數粒記之等之養出分毫不拆  
方好得点化後方可入山予求小安樂法無他  
語只要清心寡欲夜間驗之夢寐諸妄不生  
即此就是從心莫如夢即此就是天行健即  
此就是晝之所為夜之所夢即此就是夢寐  
卜所學之淺深如此却用肘後飛金晶之法  
以補其腦你們腦子俱是空的予言陽生  
下手彼言陽生下手是初學功夫積水  
潮生日夜自止不得兄去後降香於火  
爐之邊味如獨火

東云

續紀

前師降時所語甚詳一時不能悉記今復紀之

師言晦盡朔春乃造化之元會運世也其妙不可以軒  
旋而得

弟子問如此做去惧有天譴師言何譴道高德薄譴  
斯至矣

素野言養法振衣則雖退亦進積衣則雖進亦退予  
問炭圓三樣兄言太陽徑圍尺寸惟一惟照耀則有遠  
近高下但有進退則是易要外降隔一紙便有進退

在上者退火則加灰於下

十一月二十二日未刻煉一鼎不得於心將欲重煉忽有  
仙降手持二炭摩予兩頰予異之顧笑不言索以助畫  
地作字甚多大意謂今年將盡夜明日未生時以目拆  
汝師所示以子等同心力之故尔助之可養九香子等  
既得真訣不得乱弄又言可分二鼎一以養真陽一以  
養真陰不明白初八日面予乃黑子○不識也  
十二月初八日燈下仙師降言前二鼎甚悉約十三日再舉  
而面教之予問身中造化何以若是師命前附耳語曰  
得真則靈汝好修矣

太真言仙余姓  
名栢白弟子也

三庚之月韞於初初二之前故前此而取者藥材甚嫩其金在外為陽鼎

養後取者待其紫芽初現而採之其鼎外白而中金是為陰鼎紫芽去照甚遠以為照者非也

十三日燈下煉罷養火

方太真仙師降言別後事甚詳委予問時後飛金晶一段師言兩腎之火名曰陽火若散漫而炎不歸氣道反傷真氣當以神會而約之轉歸尾閭使由關道而行有一欄術用竹爪於夾脊之中循而上皮膚覺癢則神



在而氣隨之迨其過於玉枕急於右手中指點於腦上則  
腦覺指點氣便止此或点顙門氣便止於顙門但不可使  
逼近日月之宮恐生昏障如欲循任脉而下急以指自顙  
門引下順道而止於臍下此之謂下手工夫也指所點處  
久之而氣覺高凸以此為驗予問口之甘津其自上腭而降  
者耶降抑華池所生耶言天潮地應自然而生亦不專在  
上降

雖能寡慾而神透光是留其查滓者而精華反失矣

查滓者而精華反

五  
隆慶元年正月十四日燈下請

師忽有仙降索無鋒筆而書之言聞

呂法祖言予輩所傳已悉其道則是所為則非碌碌身  
口何陋哉陸子緣尚未不得心燥一入門間不得便用主人  
財也趙生奪生方此月與之水腎經未難調三日後見予  
意姚生誠難家不得瑣不求仙我教太真與千金

是月十七日煉罷燈下

仙師至命淨墨紙自書二紙

三生心法頗精手法未熟功片成諒爾未就姑且守晦保

却真知

師訓

師指法祖

成道

藥驗昇昇

此四字乃仙師之教師馬姓諱名在法祖前

自言吾先而汝師後也後曰符使言師号太素真人

師言汝輩所為藥具未備乃升合之藥未見有太冲之味

若藥物既靈之後便宜昇昇以入道了手天元服食之

事須德行完備神將護壇况此末劫之年丹友難擇汝

身中造化只知升火不知退符須是一升一降輪轉無窮

蓋此一圈乃神道也氣道從此而行即日久純熟則一身

陰濁之氣自是銷滅此方能布新譬如如此凡欲置奇器先須洗去塵垢

予問欲作睡功行之可否師言一睡便有倚滯之氣起而端坐則外而四肢內而臟腑皆中止不偏且功須苦行深煉入門學懶且非所宜也且方睡中覺此氣突然而生急以神馭之不知氣之既生則屬後天神在氣後則神亦屬於後天先天安在故當靜以俟其自至則以主迎賓以神馭氣方為得妙如此行之久久純熟河車不撥而自轉任尔橫睡豎睡又安往而不宜哉

是月二十日燈下虔請

馬師頃之師言不意請速已同華丈來矣

華青囊仙師箕書別來念憲身體如何陸姚二生聽  
老夫說趙郎疾緣風數不壽人召但此子有隙即便授之  
非今之偶感而偶遇者愈也此子誠不能守戒法應棄之但彼  
因有所恃故不知謹也予今別賜方藥再不復見矣  
吾語子疾如戒則保萬無一失不謹非老夫所知也

姚子何不謝汝祖何人治耶

方有傷額之變

陸生听子妻兒婦皆小病也汝欲如何

一則可先誰乎子婦乃氣鬱血橫故耳法當大吐耶乃  
能活但恐驚衆耳且氣血兩損不宜即下手也可於七日

後公孫郎與汝

趙子藥侍吾耶透經藤來方藥可成子無拘戒日戒來則陸姚二生皆神通矣是其驗也

二十七日

法祖遣使來說公孫採藥未回二日可到

二十九日

宅神來言有仙送方先回方在此

天麻 白麵 白朮 白茯苓 黃芪 黃芩 半夏 陳皮

羌活 甘草 仙以白朮天麻為君二陳為佐二黃少之

白麵在中只用野菊七葉為引熱服。

神去予輦復稟問

法祖：忽降言何得弄何易易也予因問身中合馬方  
二說何先師言始用馬○或七或三中間參用方如液不  
新美不降也

二月廿五日

華恩師降言幾五日矣似未可與也

初旬公孫仙連書音者

蛤蚧品下用之六妙

前命賈蛤蚧厚而明潤者十日公孫降

可將銀板一片

微用紫桑火炙之以待此物乾即碾作末以和丹藥十七一

更二符我來

二十五日夜八鼓有仙降言

師約在此刻

上帝頒差治陳廉之母命予踐約予段休章也予問陳廉乃江西吉安府田家村人此人孝行通天非一言可盡前殆未入地尺餘以徹火性

二十九日昏刻段復報昨為子故親去探師予云輟暇與道于何如師云

帝命俟伊瘳復命可見也



三月初三日段報

師已回方趙復命准在明面分付予來可覓靜隙地所得罄  
長言

有門有戶閉之不通此家非三更不可

初四夜二鼓

長

師來賜藥於爐下談移刻藥以竹箬裹之中有蛇膠龍米

土龍共八味為末蛇膠者蛇所交之漿也龍米昔龍初起時所

虛之氣觸物而結土龍者深山老蚯蚓也餘味不言師命以酒服之澡

後覺汗粘而臭乃骨髓中拔出風毒也調理或三或七慎勿見

風後再有九男賜

陳廉江西道人也無所聞道一味真實其母破瘡疾一日思魚廉買魚途中為蛇所傷廉不回直買魚至家門而毒作仆蹶於地師舉此一端以見真實孝心因言一真可買金石意及予輩學道要辦真心以緣未至而止焉不修是未知買魚而能愈母也○學道何防徹骨貧乃貧者之象謂於一切世味損之又損非貧乏其身之謂也三人置鼎用可千金○學道課程要寬緩但此心常繫於道不可有間斷○話多則損氣絀繹家理則損神○凡物春生夏長秋苗

冬實自有時度緣未至聖師不能提挈

十一日暮夜

法祖降子瀆戒者恐非弟子事師之礼吾有數字與汝一  
次一令符使可也 今覺何如 已抽大根矣慎之 答趙生

非靳請似慶日耳新月陽日予同羣策子謹請以完一帖  
予請書壽冊

十二日暮

段仙來言師侍孟掌教筵不得來汝疾已抽除大半土已見  
則能生金金能制木木不能生火風矣慶也但未能全如法行

耳汝若憚丸藥常服祈師留仍前散一匙除之 語趙

十四月明

華師与予輩語於南城學前言欲授予剖劈之術詞甚  
委悉言今日之遊不亦樂乎師生相与貴有誠信術可得授  
見之可得常也予向師能身外有身乎曰當時則不能然  
皆風有仙種故權托世度人世乱則異人出所謂異人皆仙  
種也予向當時遇雖之事曰吾世緣已尽正欲假此歸去  
凡物業尽尚求自尽况托人乎。

亢日燈下請師符使降言

予使神也賁符至華師府封閉不通問行次皆云師弟  
去日矣不知何往也問師府何處在雲南清溪臨海洞府  
再探有消息了明日准回蓋封三日限也

二十日燈下

華師至賜丸藥於南城名天聖丸其藥自手中出以手  
搗授予手中三次約三合以清茶照歲數服之將畢  
再與前末藥汗之

二十八日申刻二女有鬼祟之擾拜稟

法祖降 予求請 疾為邪穴邪為疾奴相依為奸六名兩感

必先邪而後疾也子自治不得瀆予 許子行符 子讓姚子答

姚生性不真 其夜治大著奇熱斬一邪碎二邪明夕復碎一邪

四月初三日新月陽日也更餘

法祖降書性師華丈偕予三丈在此 性師悟寂禪師也

其說深抵夜分 取筆寫了汝塵業師書方壺外史公負嶠道人呂公書記

令汝等先參禪不得令人知也可入禪座

性師與予先論知覺二字言知在外覺在內覺即之性靈覺

口不能言而心自知之因以指爪予腕言痛否是汝自覺至其

所以痛則口不能狀 性貴見不貴知 在外口頭禪也

佛經諸藏與人言性皆不得已欲人緣此求進自性自見直  
是一毫文字立不得如痛然口不能狀也 見性之人一了百

當然就中亦有品級所以分為果位如江河淮海溪澗沼沚  
同是一水但大小異耳 見性工夫只是煉去氣質熏習

如儒家克己而礼自復非足將个礼未克己也予言如磨鏡  
然垢去明見曰然 叢林煉魔之輩不過假此一見

光景旋已失却或一出即涉魔境終非實際予謂懨懨  
強勉終非自然曰然 慧光是性之用見性者不在慧光

生如已燃之燭雖能普照一室未免有炷有焰置諸盒中容

光明不露

有不照之處不若未燃之燭光明不露保用互融也予因悟混沌之先乃喜怒哀樂未發時乃先天也無極也若慧光已發則屬後天師前言守約真訣先學嬰兒如此見性曰然覺是本然之性識是氣質之性覺則無揀擇取舍祇如聞香聞臭識別便生愛憎如喜香惡臭也

予師別後四更時始悟性命一原師之教是性即是命也老子曰復歸於朴復歸於無極復歸於嬰兒如此了性即命亦在是乃作二語復歸無極見真宗了命宜之閑於性也

予因思世間亦有一等混沌之人如未開之鏡者豈可謂之見性但資之近耳見性之人自尔定慧双美体用互融也



於時華師續言醫理夫醫有望聞問切今之診脈乃切  
也不知人之稟氣厚薄不同脈之至數亦異今也不能熟察其人  
一旦驟而診之欲求應病不亡難乎故醫以望為神聞  
為聖問為工切為妙然此四字望中亦有聞中亦有問切亦  
有神聖之道子不能授即以工巧言之凡人五臟之氣皆  
發於面如面黃脾家病也黃而帶白則為泄氣土生金  
也帶赤則受母氣青氣則土受木剋而死黑氣猶為受  
制之氣故法補脾制金推此可以類知用藥只看何臟受  
病何藥引經以引為主旁加正治教味如心經受病以麥門

冬引之旁加生血活血之藥其最妙者刮臂之法正病用藥客病用刮刮臂有法如胸如腹皆可刮也予問不傷氣否曰世人下手便傷他日吾治与看予問何謂客病師曰如正病久真氣虛而邪氣入自生客病如勞虫如痞塊藥不能攻必須刮去而後正病可治吾青囊書所言只數條不多使其煩多何以縫之領中因言趙子尚在坎數且笛一分令其知惧而謹疾昔文王美里聖人知坎數之不可逃故爰七年然後求出此言只可證予吾前失調正為是也言訖而別。

法祖書二丈已剖藩籬未識子等能悟否

孟師過剡揚予往赴前松山一迎不得話矣

符使言恐有別計不得歸命予來說

筆師八月十五日生  
前馬師曰太素真人

四月初六日燈下

公孫淵仙丈至言師後日來因取冊書太上丹文公孫淵書於  
道長仙舍數字又執予掌書面腫氣虛皮枯血少趙掌書  
盡之矣

初八日候師不至有仙言師約後日來群等尚不識地橋意邪

初十日候師周立陽先生同公孫仙丈至言不晤久矣別來萬狀  
恐不能百語陳也 太真近始得復旧下手亦有期予語太真

及諸子等故亦未是念也予再三日候姚生解觸面

立陽先生

前与君等說二語非指君等言大約如此二語盡氣血兩字

聖聞中二大柱也勿作易視 子等潔念求吾師拜後方盡

傳耳 公孫大仙丈

十三日燈下

華師降入禅座中言甚悉首言予輩意誠但須稟命於  
法祖而後可授因言諸疾之難已者惟風為甚癘風之來

也由皮毛而肉由肉而筋由筋而骨由骨而至於髓中已安其  
根復自髓而骨而筋而肉以達於皮毛伐其枝葉則本根在  
中當春復發欲拔其根則人命傾矣故此疾聖手皆不  
能已一法治面有遊風者蘿蔔白色者與藕皆碎搗以  
豆腐勻之夜間塗其面藕多於二品肉中紅絡自散名  
三白膏亦可乾葡萄藕二品不時濟人塗面時先擦去面  
油以手心溫膏毋使大寒滯血也

望色者有形色有神色有病色形色者謂人原稟赤黑  
黃白之色神色謂一時所感如怒則青火動則赤一時之變

不可為常

坎穀不可逃者如日中當食先時而食之日中之飢終不

可療

凡事須密得佳夢亦不可語人况道法乎

否則諸仙丈以不謹棄之

十四日

法祖聖誕拜慶後稟前事如華命有神即降言我行神也呂仙師命來付三生知今日定拜慶師方与大都仙會飲不得降也稟者我即走報頃之復云師云得之亦利道門無碍也遂行

十五日燈下報師來見二子各有氣橫上臆非可授道去矣再授

無事徂非一日可盡也

符神

七月十七日太真先生寄方與趙云去錢堡百七十里師易姓曰吳

清風藤

當歸

白僵蚕

蟬蛻

蛇床子

苦參

懷慶生地

防風 玄參

用酒六斤煮服藤易致酸

八月廿夜半剗心疾剗懇

法祖有方名二皮引

青皮

陳皮

山梔炒

甘草

四品足

笑山梔為君

此方鬼傳非

法祖也。

九月十五日燈下有僧降書言予適感念應身

予何名性理成性在西方、何西方只緣不擔當我也

予問夢境答汝問却在地獄中討清白汝等內出知臆衆  
前來請問啓佛法本空子又空處著脚如東海中宮坐的  
他從何處至此我試問汝等學道人有前程何為淺  
深高下子所說故乃云人性有照無情是个自然死佛說  
他怎么此段說話萬衆會上人人曉的正如海中何以着  
脚至此儒人進道自有次第不得躐等坐論聖人終為  
虛花如点徒言蘊須合內藏開口則是開口則非何聖者  
云汝等類是再譬之現花果实圓成打何時何以到此是  
我擊汝幾下有衆見性有衆明性有衆行性有衆無性次品



何以子返照說來勿口頭對

造佛逕堦尚尔然

汝虛照

四等皆汝所未

明性不如見性不如行性不如無性見明二品

子所喻行無二品未也

行性者吾無心中有覺時在是白

日在是夜夢在是即儒依仁是也無性者萬緣不起如灰自

揚乃成空到行性还有我去挑他無性則無我矣子所步乃

說性之又是借光照路斯又下矣

說不得俟各人靜思及

照即鎖可匙也

各人出知如人出鎖我看門用匙也

吾答云

壯哉志也子不是出力挑水萬緣如何去可謂竟成者矣

子且擲下我问汝仙佛那精仙有幾件言仙便言修仙便在

身中做起

身中緊要何物

我言神

又走佛道

仙佛一个了

強了皆不同

性是同性的修養三家不同佛者養性不修

功夫極難仙者修性不養功夫稍易再擲修養試問身中

緊要

如子言是神氣精神氣精是論分量不是論緊

要先天自然本事神志精後天作用却是精氣神子再

即物喻來

我語子譬生化焉男与女交先神搖則感化

氣動則精流是神為氣主氣為精源不知成孕則全在

精不在氣况神乎故修仙人重精也故曰精氣神又

有妙解子等沉听

精氣神為主人氣為作用精為事

功神在精則為神孕精中神在氣則為神運氣妙三品相依其流不斷此又合言也

十日

法祖判 人謀天成黃梅飯熟清膠飲渴當無酒乎

十月廿日

仙黃谷論趙姪瘡

補之則助邪截之則傷神是以無處下手也 正氣消鑠邪

不入不可得也藥用先去邪然后徐補之 以參朮為本宗

以歸身為輔相以白茯苓陳皮為走使以川芎柴胡為媒合以  
火草為舟楫以炙甘草為引正以不來香為蕩滌火草之不

來香七先候而服之再用木桶以婦升麻成湯不得用冷令  
坐以湯浸膝三理時換熱湯身以重裘不得透風過時  
者二候其倦而寢之藥水煎只可半盞火草燈草也不  
末者帶落絮也。

十一月二十日予軍各以歲晚務閑叩

師請教向夕

法祖降箕

三生近狀何如精意不差神采各別何哉子

色憂斃金色愁怖趙稍進之矣子等志意若何此上之行近

於無事

家居無為不若杜行稍近

言趙

勿也子宜便宜行

事內鍊無功外炉灰冷不若便宜行事子如今怎麼得

脫手 離家不得入俗、不得下手 子亦不曾細尋身處  
向者教汝棄毀割紳以地亢出命異于今不得積力大為受  
歎苟且求靜子割紳棄而不棄 言子當內累知經后還

當盡俗緣不得且行且止也 俗兒言子身落道迷便行

計程考課不知功不成片何異不修見子無驗便生路議

是子指之也 子等不能保護元陽雖然少守是以五十笑百

也姚子獨以有優難道不是力氣 師復面書此 謹志勿驚三

日後再用燒此

廿三日向夕 師降書明卜善地悉詳所懷風莫無計

也

二十四日已刻面師於拱極臺師咏鶴樓應有約鉄笛更  
無聲命予<sup>上</sup>草席地而坐言多不能悉<sup>記</sup>姑述其槩

師言自與三生相與諸真側目而視不見長進奈何大抵吾  
輩相與實係愛緣至於緣未熟神仙不能促也陸生有不了  
者三老鼎在堂遺君未安法財未聚趙生有不了者四上下未  
了姬妾之愛未能遽割法財雖具而動多掣肘吾謂陸生  
便宜行事者力既未周則宜行所有事不宜假借於人夫市  
沽滿前而賓不享問何以故物自外來非已出也况當今之

人為性命者絕少若以此道而售於人又大非矣師言此地頗可長語有疑則問吾為剖之

予問人元沐浴之訣吾師以惺為沐浴得無似於加火乎曰惺者刷振精神之意乃以神用而不以息用也夫人身中惟橐籥之火最為利害橐籥者乃真息也吾以神用而不以息用何謂加火乎要知神火如太陽照耀乃陽火也橐籥之火自

刑德臨門

形中出乃陰火也當其沐浴之時吾惟溫自如勿行長短則沐浴之妙在是矣予問難免之月還攢簇於一日之中耶師曰不然若在一日之中則雖準以漏水報以符刻而毫髮之差

所不免矣故兔難之月者以月用非以日用也

師問煉已之功何所証驗而可以臨爐予答以精滿不思慾氣

滿不思食神滿不思睡師曰如是難哉夫精氣神皆助於志

志果精確則志可以忘慾忘食而忘睡以是為驗未之徵

也要知當以髓實為期髓實方可下手髓實於寒暑二

字上見得耐寒暑非避寒暑也此在人自覺一毫欺瞞不

得師言寒暑是自己寒暑謂寒不能侵暑不能涉如嬰兒然方云髓實

予問地元吾師以分毫為上鼎方其傳子之時有軀殼不動

而其中暗折者何師曰此神不足也神足則以神傳神而不



拆神不足則氣泄而所損多矣夫初胎之婦其生如達而脂膩  
不腿神足故也若數產之婦則不然矣予問神既不足吾  
以四抱一可乎師言父母

精血不足

而碩大

則生子必壯實未聞欲子之壯實

而求補助於他人者也氣不可雜類不可多一陰一陽道在  
是矣神不足者銖兩不足也火候不調也

趙問巽風吹坎師曰巽風者以外而言鼻息是也若徒泥於  
鼻息是謂履枝要知其中自有妙用夫江湖之行重筏者呼  
之聲何所用也同聲之相應者欲其同力之相濟也然則  
巽風之鼓殆忘以氣感氣有以得其綢繆交密之情乎

使諸同心協力

問然則用橐籥否曰用之殆不必泥也

此道亦甚易舉臨爐無畏其難凡今人之所以舉而必敗者頑途悞熟也況又有主人以驅之謂主人情熾而蕩今則以無情感有情欲火不生途道阻塞尚何債事之足憂乎途道阻塞者謂精滿則關竅緊密師人謂妓女不育者入於頑途也室女字人不數月而孕非頑途也今人欲試鼎以補后天不知適入頑途無乃不可乎

又引儒書未有學養子而後嫁者也

予問一時半刻之功恐有虛花何所証驗師曰誠懼之當但恐鼎中無藥或採之非時夫市沽之酒飲之尚可致醉

况醇醪乎因思得之似醉一語崔公不我欺也

師言吾輩離俗尚涉意思○夫此俗緣世諦未拋○勿拋既拋○勿顧不得意思也○顧陸生曰子心中誠有不快○但小魔尚不能堪他日○輪刀對斧一笑而領方見手段○

師言凡與人論道○少有回曲則為欺道○則為欺師○少有明直則為賣道○則為賣師○不若混沌無辨方為妙耳○

是日師為予輩邀舍玄柳師論青烏一段言案山如帶又如人之兩手高不過頂若高則反見凌逼如矮人對長人語又

賓主遠顧則有情近則賓視主人反使主人無味

論水來要易不要衝去要難不要結

二師別移二畧矣

十二月初五日入夕

法祖箕降論姚生襄事

金生脫略若舉甚重無失

礼落罪也蓋此舉八條尸神謝口原人善惡籍有條一

有不到尸錄不孝故也尸本身三尸三生勉之一生罪三生

墮落也凡所心語再晤

初六日入夕

舍玄柳師降予計面語地少靜姑箕識之論地一毫千

里豈得稱就姑可借居後即真耳此地此穴可三生面点之  
此葬父母仙錄大伴不得苟且可珍為之今年誠利尚但速則  
周章耳 問喪事禮可殺而義不可廢誠又不必言矣如有  
愆亡又不如姑待為愈向修齋此又不可少者於神人二處不  
得兩議所謂幽明兩協也上宜淨修 金又於人事相妨此  
當條列不亂 此又要二子夾維之速誠速但不可因速而草  
耳 耳與其萬已不到不如守之待時

十一日荆疾劇有仙送方

天而灰一个 門樞中灰

大山槐

姜醋姜炙 再用桔梗為道是矣 火以風路噓之偏氣

驅則火自起。

十三日面

下穴之時要人心安、則天心清、則地心寧矣。地下的有監臨部主無德以稱之彼不依也辟如量小

含師於拱極臺

人而風律言墓多有陽宅者名曰面下

回陽亦利陽宅

而飲醇酎我刻博帶而休不莊佳增一審僂偶耳

葬法一棺則以一線居棺之中而棺則以中線居西棺之

中然又當占陰一線蓋陰不足而陽有餘也

如一棺則占左一線兩棺則左占

眠子案兩頭起者為有生氣若偏欹則無用矣

右一線

一案三美謂外而子案旁圓內而木案亦然則中之水

案不言而美可知矣裁成琢削者未免洩氣非美也凡

二十日入夕

伏尸乃地之死氣乘人之生氣而為害如剛暴則能致訟柔弱  
書有青囊穿地錦白虎玉髓經則論斯已盡矣

法祖命素野仙兄從容對語因浼之請

含師：遣玉童報之與論風律甚悉趙問水衝城脚

云曲而來者曰衝直而來者曰射源頭遠而來之玄盤

曲而聚於明堂者曰水聚天心水之聚不宜死須要塘

大而圓使水有旋轉方為合妙水死則子孫愚鈍流有

波紋文章之象也前案有獅象形者衝則猷走射瓶形

而左右斜射者名曰插花反為合局元有案須看靠山如

人之椅靠山不在本身后有宅舍祇如人看錦絮耳

兄言予名玉炉因為結信

玉炉

二十二日未刻

舍師親為點穴

時玉兄先至

二十七日面

舍師於拱極臺再論風律言葬只貴得地得穴年時  
之利不重生者專以生者為言則生者謝世之後而此地不  
相關矣方向亡不重死者專以死者為言則如酉生之亡  
終無丙向矣此去本根而論枝葉也

選擇不合固為全美一或不  
然寧舍善地乎

趙問迎水曰迎水有株裙掀裙之異株裙謂少避也



葬棺丁樣者不妙北方四方齊頭者佳何故丁樣者合其  
前則後開合其後則前不合向後開者多使子孫夫婦兄  
弟不相得也葬法陰陽饒減具論如前陽占陰時仍  
令先陰一步自陰論之則青龍前導自陽論之則白虎低  
隨故為兩利予向一陽二陰如何曰陽居其中今居先一  
步但貴所生者得穴耳無出者彼自先絕得氣何為禍  
禍福有門不可敲動禍者主入福者主出如人有隱禍於  
此一被說破則官司口舌立至矣有人言某市好酒人便爭  
而飲之有金在某家入便爭而攫之矣所以貴密也

二十六日燈下予方記事忽

法祖闔門而至入予座命呼趙生於沈氏從容謂予輩  
之志不堅故行不立然子之志道不若吾春子之志篤也  
予因謝之因問身中造化竟有蘊散處何也曰關節  
不縈故氣散漫也若關節緊則如銅牆鐵壁彼止有一  
線之路可行子之氣不可謂之非水但有凝洄耳謂難  
於后天也師候趙不來而去

法藏第一卷 終

方虛公修真墨蹟

下卷

三藏真詮

十六世孫元治裝訂



法藏第二卷

清虛洞天侍者陸西星謹錄

隆慶二年歲在戊辰正月初五日面

王爐仙兄於拱極臺論水衝城脚所謂城者謂地形势  
天成中有穴可尋然後可以言城若地散漫而不成形勢  
則非城矣論迎水此地土不勝水迎水而築者十敗八九水遠  
望穴而來者謂之走迎遠迎灣抱穴而流者謂之坐迎止  
迎走迎遠迎有似有情而實無情者源頭之來其始貴疾  
及其望穴而來則又宜緩譬如賓之投主方其發足之時

急趨數步此其情急於見主也及其遠望見主人又宜緩步徐行方為有情若行之太疾則是遠奔他人矣迎水之妙有如此者予問迎水有掀裙抹裙之異曰掀裙則吉抹裙則吉然又有掀陰掀陽之異掀陰則女奔掀陽則男淫掀陰者水自青龍而遠於右迎而向左則水掀裙而過避而向少右則水抹裙而過掀陽者水自西來也祖塋居西而別塋於東者謂之白虎射腦其凶立至蓋白虎乃一氣也若異姓則不妨此地水不足貴絕無而僅有者斯可貴也如南人喜山者北人重海錯迎不若坐迎然相近而偏視又不若遠望而有情又前月廿日新春日將夕予與姚兄治拱極臺予方在樓上姚在

樓下見有一女子年可十三四叩西門而進手持一盒中有物青白如匭又如旦過樓下東行至門時門方開女置盒於地姚啓門而出之謂予曰若時而有若人者乎予初不之異也玉兄言此為

法祖行試盒中桃也蓋

法祖化現耳予為遽然

後法祖亦與予輩言試不過

初日

玉炉兄面於拱極樓頃之

柳含玄師降論龍虎是理非實象也龍虎俱要馴伏

譬人之臂順而向內則為馴而脊情向外則反是高則為  
昂首予謂龍虎只是論陰陽左右曰然吉凶者陰陽舒  
慘之氣也向內而昂者不若向外龍昂差可虎昂禍速

趙問沙曰沙是形龍虎是理沙是死的龍虎是活的此地乃

膠泥合土不可論沙沙非田土非灘

十一日

法祖降於拱極樓約十五日早會於此偕

華師來

十三日面



王爐仙兄於八里舖之村舍進酒予問仙家有酒誰造之乎  
兄曰吾從容與話家常仙家之酒自有打供其酒百穀皆  
可造也如麥米亦可造酒葡萄枝元之鮮者亦可酒也予問何  
人打供曰有性靈者有物靈者性靈者靈鬼也物靈者如海  
中龍神之類神仙自有品級、之高者諸靈為之打供無  
供者皆能自造其法亦用水火但和氣自釀不似世人但用  
麴孽予問神仙日月與世同乎曰焉能異乎予問洞中七日此  
上已千年何說曰此詩但言仙境閑適一日已勝千年君當  
著此論以破世疑予謂人有歸不見妻孥惟見子孫者何

說曰皆好事者謬論也予問爛柯之事一局方終不久而能  
之乎曰仙家洞天皆陽明氣盛朽樹枯槁見陽而化又何疑  
焉曰丹丘晝夜明徹信乎曰丹丘者神仙之都會也諸真  
各有性光身光彼此照映數百步外常如晝諸洞天中日月  
皆與世同但陽明氣盛故厲風雨雪皆不能至非無風雪  
風雪乃陰氣也陰見陽明自然消化原自無而生有復自  
有以還無洞中灝炁非神仙法力所致一自然耳予問神  
仙夜睡乎曰有時打和性靈如今打坐之意非若世人之睡  
也蓋世人之睡乃睡未尋人神仙之睡則人尋睡神仙作

用与人不殊亦以玩世為樂予問仙亦周游四天下乎曰四  
天雖能周游終是留連故曰如公等三人非不能廣交四海  
但三人終是氣味相投耳予問佛曰佛不打應仙則打應  
神仙與世未能相忘佛無情也今人呼佛則不應神為應之曰神護法乎曰天  
下神皆護法未可看定何神此時

兄在道中徒行而語登小舟至趙瑩宅曰君可遠避惡土  
地迎接吾欲問之因言崩壞地主彼既為將其鬼必神  
登岸各便 兄自詣墩所頃之回謂予曰汝謂此無神  
乎適墩主相逐祝仙師無敗某地因言此地尚下有千金殉

墓因問予何知其有室乎現其土皮細膩如有殼然知有  
室也論水官河之水雖可迎取然彼乃公水不若私水之情  
專水之分支亦依地勢各指示之趙瑩作月池引水玄武  
西注而南使人月相對月池如三唐之月過宮而止東則  
弱可培

問掀裙水主男女多淫人家男女不忌然者何故曰此又與  
理相符譬如人家造酒量大者飲去

十五日卯二刻

法祖偕

柳師降書謹身苦志正月十五日降識一符以黃絹囊之懸於卧榻結信以每月十六至五月止因命柳華二師各請結信再命予輩今日拜

柳師從此當謹弟子之礼若授之不盡師決不為傳而不習責在子等晚間會

柳師吾不末矣

是夕

柳師面於拱極樓結信因言趙瑩東培其地而作塲取  
青龍震動之意但不可取東土培東地

十九日面

王爐仙兄於拱極樓言房田事

此後契滴月餘謂以現場致

二月二十七日午刻

王爐仙兄箕降言

太師鍾離三月十五降忽

天目掌教孟祖至面約太陽日酌水獻花面於樓別育所授

太陽日九日也

三月初九日巳三刻

孟老太師降先日出時予輩恭伺於樓忽玉炉兄

至言前者為

太師携去侍班三日今尚未放回適所

發牌乃已三刻至期

兄又至命掃除四壁俄而

設蒲團

太師降予輩拜列跪左右太師言甚多太息責予輩

而兼責羣真時羣真侍傍

太師命予輩分拜之

太師稱法祖為純真而稱羣真為諸侶尊嚴之下

詞多不能悉記姑記數語乃太師反覆為予解說者

吾間基仙以緣升仙以德絳宮不淨神不成享裳衣不

潔花香不飛招鶴以薰餌龍以珠意謂必齋明盛  
服然後可以上接仙真非可如是苟簡也因問予輩何所  
祈請予言弟子輩愚昧無知偶以因緣遭際得遇法師  
呂公拳上接引大道之要略見一斑但以功行淺薄切惟  
可濟世而堪輿之學利益存亡予輩素所慕向過蒙  
華柳二師許以相授倘可因以積行緣此超入法門因勝惟  
吾太祖師垂慈寬宥俯受祈請言訖叩首太師左右願命  
二師令各盡其術但貴於精因為結信且令諸真各觀  
結信凡有仙會酌水獻花齋戒明潔信宿默禱隨意



召仙信盡再請予請堪輿之學非一會可了復結五信  
命召 玉炉云

三月十五日用

孟太師信召請

鍾呂華柳四仙師俱至予輦再稽首命

予輦

跏趺而坐

太師中坐呂華柳左侍坐華右侍坐

太師是日色甚怡悅言甚婉切多不悉記太息謂予

輦請

孟太師信非美當時何不思之吾輦各有符信子持以請

吾輩不至命使報之此是私會諸大衆未必知也今用  
太師召吾輩在大會中只得辭而赴召是子輩爲十手  
十目所指示矣且持

太師命而召我子輩心必不安今吾輩不得頻會精神  
安能翕聚且

太師之信有盡而子輩之學無窮如丹道風律藥餌  
非一時一言可悉多言之則汝不能記少言之則不足以發  
揮奧妙子何不慮此耶此事姑徐畜之緩數日玉爐清  
息之

二十一日用

孟太師信召

主爐先論風律一客居二內堂客居者謂淺攢內堂者謂深美客居欲氣上升當歷飽者內堂氣欲內樞當用冬身春則氣浮冬則氣欽美者各乘其氣因言

華師醫道与此頗同聞

華師謂予師言膏藥只

可用於春夏氣舒故膏理鍊藥味可達冬則脂膏凝沮氣縮而藥味不得達矣。

論者地凡看地於無中求有害裏討實斯之貴矣

處有穴則處皆非

一樹之花齊開則無大朵一園之

花齊放則無腴地

外眩者最能左目

論望氣

凡觀旺氣須遠望之又當於日始升時

有殺氣者屬氣者有和氣者有祥氣者有福氣者若敗若耗

則無氣矣

殺氣者上下不一其氣失勁

屬氣者憤懣而起如蒸籠初啓之狀憤懣者氣之力

也灰雜不明者氣之象也

和氣者團融羶結

團成一色其色若黃

祥氣者溢上而罩如傘蓋

純如金色乃上下和氣相應如潮汐然所謂和氣致祥也

但可暫而不可久

福氣者渾厚濃重渾然一

色

凡氣霽明者上黑暗者不佳

又有食氣者乃食烟之氣有雜氣者樹林之茂密禽  
鳥之喧填屋宇之鮮美人族之繁衆皆可生氣有  
穢氣者如此地所積人馬牛畜之惡穢亦能生氣

柳師八月十一日生

孟太祖周人

四月十四日

法祖呂師聖誕也予輦方供 師罷忽有仙面降始東

向趺坐命予輩北向趺坐言叩予衷因愛此樓頗靜  
可以長語去少刻復降而坐良久命予輩促膝而語多  
不悉記因論上乘實悟無所因襲獨契本體若自見解來  
者終涉口耳且為聞見障心是又糊上一層必須徹底脫  
去可也

互變

因論風律五星俱有博換如木城直撞若斜蓄而為負  
塘是木變金也此金如在鎔之金傾出溜●●頭正有力而  
可用故對此塘而杆之乃取金不取正木若木直衝而為  
塘則不可用矣 水之直行者回頭則灣處可杆

趙問明堂見一水之斜流居官退賊師言如已立祖而居官  
是有徵了通若因退賊而迁祖又恐拔斷福根故不可捨已然  
之徵應而信未然之福澤若別扞父塋則決不可用斜水耳  
趙問東宮胤過西宮長房敗絕嗣因舉某塋案山師云如  
以案山而言則東弱西強虎強於龍也破敗則誠有之絕  
嗣則豈本地有死敗之氣而致然未可全責案山也  
因論此地之水大抵散漫無情所以人家多不悠久明堂  
之水如金乃自高阜之地而言即如硯湏有池如此地四圍  
俱水不必復開明堂水也譬如硯石四圍有低凹處皆

可蓄水則不必鑿池可也

上

水有緩急合流則急者居下緩者居上夾行則緩急相益須於風靜時浮以氈毛看何邊而行者急也法當避其急如長河委曲而下則狹者急寬者必緩直者必急委者必緩法當於緩處而杆之則剛柔之象得矣大都都在人目力也

橋梁鎖水乃厭勝之法有神鎖有形鎖有氣鎖神鎖者大木橫拖人行其上界斷流水形鎖者礎以磚石左在隘其中流使不疾馳氣鎖者支其西傍使水有滯



洩牽制盛流然皆不得已而用之譬之衣重甲而當射雖不能傷非全策也

風律要識土形水性醫術要知五行相勝如今年大風乃此處陰陽不和故風隧獨開於此邊若陰陽和暢則風洒洒四陸皆和風矣殺風須以雨故知風從汗散也土形要黃潤堅實細滑水性看有情無情此地南方土佳予請師姓終辭而不言曰數日後汝師來言之

師言望氣似有似無以神遇而不以目遇乃自精熟之後得之如善醫者診人之脉其至數虛實手相應口不能言而

心獨知之如腎脉虛沙淋則虛中有實何以別之有非口之所  
能言者子但於熟中得之耳

四月廿又四日面

王先於拱極樓論風律

凡論土國木城俱作橫論山城俱作直論橫者徑南徑北東

西而長者死木也法當弃之

凡地之

受炁皆自左而轉右左為

陽為剛為生右為陰為柔為死凡見岡之中隆而急束者此  
陽也剛也形之生也然動極則歸陰故形生則氣死法當避之  
而執其轉而之右者乃形死氣生之地葬柔生氣故法當杆

右氣之轉皆自邊行若扞於中則無氣矣左右俱陰者法  
扞於心左陰而中平者氣之緩也法就左而扞其中穴急中氣  
緩中氣急不可一律論也 此與雲心論掌同予因悟之

土國之受炁也自前而後自首而尾法宜天穴而扞其前

山城之受炁也自下而上自足而首法宜地穴而扞其麓

土國不重祖宗以其自前而後為氣盡之地故當留餘於子孫

山城重祖宗者以氣發自平麓故取穴宜最先得之

木星無棲葉者死木也 火星較木而尖傍有尖峰亂插

火之焰也凡取穴處看山有招頭天有霞地有載真穴也

有穴而外無護從則穴宜棄之有護從而無穴則山宜棄之  
○凡論五行係以偏勝非純性也偏勝者從其所勝如木火  
相類長而銳則銳勝取火城少銳而多長則長勝取木城五  
行互藏各無純性

一水斜流自後而前者不妨如人背後射箭目所不見故無  
驚恐及至已見則箭去而不傷己身若自前來者日有驚  
恐況有衝射之虞乎

火城水自後合前則順而吉自前兩削而後則吹動火焰而  
反焚其身矣

土星炎火從所生也二看前擁後托如何不然子孫削矣

前十四降者 神僧也名佛元證以佛在前故不得稱佛  
歷於所尊故也

金囚於東金堅剛之物惟火能制之而以為所生之祖宗則無能  
囚制之者惟逢木而拆缺是囚於東也土系能制剛之意  
廢於父母返於元胎則化而為炁歸藏不出非廢而何此論  
皆予輩所不能辨者得

兄諭豁然天人之學豈凡情所能測哉

六月二十三日

黃谷師降箕於遵陽宅

七月初二日面

王垆兄於拱極樓言自杭州大像寺來聞耿何二生言仙事  
小僧了元笑而不言方与明姬皆得手矣

生男者為舒氣生女者為囚氣萬神唱恭唱奉以身中言  
予問風律分形情氣法四段曰畧盡之矣

七月十一日面

王兄於拱極樓与遵陽為壽兄先奉酒於

法祖既酌酒飲趙既命予二人酌酒奉趙畢兄乃飲以餘瀝  
瀝后因坐勉趙言甚款洽大意謂君今五十且幸有子便

當自愛重以膺福履光流迅速又十年又十年則古稀矣  
又十年又十年則耄耋矣又十年又十年則全壽矣人生  
全壽何可多得不自奮厲二十年以后鉛枯汞少終就殞滅  
非惟君等無家索吾、曰欲索君將求之黑壤黃泉乎言  
至此益可憐也

兄言飲酒當以馮手擎杯餘杯瀝於身后面前乃光明之地  
不可以餘餽棄前若身后則不復顧矣因命削桃皮而食  
其肉因曰凡物從心起亦從心壞此心中紅乃火性也因請  
不用此自不潔中來

是月十四夜入鼓明月滿臺金風襲衣予<sup>三子</sup>羣聚於拱極  
候 王兄忽

鍾離老太師至登樓問故趙告辭簡而有文師問誰教  
之曰王兄也師去而王兄至因各即席趺坐兄言前論形  
情氣法不如吾四字性情形体性內也情外也形動也體靜  
也性不可見因故<sup>性定之驗也</sup>而見如土色之明潤草木之蕃鮮乃已然  
之故因之以知土性情則如前所論氣然形則活動不常  
山水之迴還星辰之博換皆在其中體則一定不移四者  
全具方為盡美地有性而無情者遠而望之或甚氣



已泄而不存或其氣壅<sub>壅</sub>閉結而不達三者皆可推類而知  
十五日寅刻

諸真俱降趙告<sub>告</sub>震請其子<sub>小字</sub>名曰延齡而俟其長也命曰

大儒 借耒耜鍾 呂 錢黃谷師周立陽先生

二十九日面

玉爐兄於拱極樓言前

孟太師與諸真言此會不可常使諸子得有所恃而不前喻  
如市兒嬉戲而無身家之慮恃乃祖父之積也若靳之不與  
彼將自食力矣

真降者有<sup>形</sup>神氣三者之不同箕神也入竅者氣也可見者形也  
龍虎如左右手各隨身之所向

一地自有一局

純

與隣不相干太歲土神也宜靜不宜動取功名

及宜向之若於歲方置產久之必為所復

一室有一室之歲方為三間有三室之歲方

惡神自稟一方之性乃陰陽生殺之氣予向天地好生曰如是則

無陰矣予向積善之家而或葬凶地其根如何曰凶鬼不能

免小凶則薄其報喻如犯法當刑主者寧至涕泣而不敢原

但恤其後人而已若輕典則可原也積善之報如此

兄前言偷修乃賊盜之事非正人所為若恃其有解而故

用山星惡煞如烏喙狼毒非不有解而可靖之乎

予向潘言尺量九星可得吉穴兄言地之有穴如木之有節

長短不一非可度量而得者一節過接一節生本無定則審若茲

取索者是以手而不以眼矣

山家年月日時以日為主皆所以輔佐乎穴者蓋氣之融結者  
為穴方穴之始扞其炁未免洩漏必俟培養之久而后其氣  
始固所以諸凡取吉者欲其無白濁盡善全美而無衝敗之  
虞及其氣之既固則所得者惟氣耳年月日時勿論也如  
蒸麵然置物欲其中正安籠欲其穩當其要歸於得氣

成食而已餘件皆輔佐也

諸前達皆葬於功名富貴中三君所知也今無功名富貴可  
葬而誰俟乎

兄其日傳一糜瘡方用一味陳皮先以童便浸曬乾用黃連水浸  
七次曬乾次用連翹防風白殭蚕水製一次曬乾止煎陳皮為湯  
瘡在上飽后飲之在下則寢忘飲之

初八辰刻與

王兄約遊於西郭外之山子庄兄舟中與予輩論地理之  
大格局先問如何是蝦鬚水乃西水自後抱負而前如蝦

鬚然地頭有此方為結局又頭前一水以界之如蝦鬚挺  
直又是死的外跳是無情的皆不必看蝦鬚二水灣前抱  
又看陰陽清濁葬向其陽而清者如向陽而清而前山後  
山峙不相對又以山案為主

金魚蔭腮之水自外而入明堂左右兩分如魚之飲水只入腮  
出

水自外入明堂但有屈曲之玄不謂衝射

何謂大八字小八字乃山之分脉也如人形然化生腦頭也項腹蜂  
腰鶴膝也兩手兩足分開大小八字也予謂乃太極陰陽分合

山之格局大率如此然八字要活抱負者活也散垂者死也  
如人然

既知格局須識簷毬何謂簷毬簷在外毬在內簷屋簷  
影落之處毬毬門影落之處趨簷湊毬葬法之緩急也  
葬法陽來陰受陰來陽受且夫後山龍從高阜如脊而來  
至本穴而高者如故乃陽來也氣剛可避故趨簷以緩之謂此  
陽來而陰受也若行至本穴而低垂此氣之緩也故湊毬以迎  
之此陰來而陽作也喻如小兒之吹笙膜覺管中之氣不足則  
從其膜而短之陽中用陰中用陽知此法者千變萬化皆

不外是如一山隆起狀如覆盂頂中有凹急可杆穴此穴中  
虛陽中陰也四平之地中有土泡乃吉氣凸起陰中陽也急  
宜杆之要皆不外此蒼繇之義而引伸之耳

凡登地先看死活然後尋穴陰陽交者活也或有陰而無  
陽或有陽而無陰或兩有而不交者皆死也地陰也靜也水動  
也陽也陰陽交則活不交則死而陰陽自有死活隱隆迤  
邐而未有起有伏如層波如疊浪者陰之活也後无所托前  
無所界其狀四分五裂如偃木如卓面者陰之死也或洧而  
流有之有玄灣曲而相抱或汪而停如弓如月圓滿而停蓄

或清而如鑒或細而成紋陽之活也汨而却流而不返或直或  
跳与穴無情或濁或穢停而不散陽之死也夫過水所以求  
龍龍水無情是陰陽不交也相地者何耶焉

大抵造化之理獨陰不生獨陽不成必交而受氣乃克有濟  
然造化生成之理皆以順受獨葬法丹法則以逆受蓋龍  
見水而止止則氣返逆而退行故扞穴以迎之是謂逆受  
其氣如丹法陰陽之交地天地交泰而逆則成丹也

有山則論山無山則論水

欲知過水止求龍當現木節木遇節處脉理便不直行必



逆而旋曲文理環抱又觀人之臂其屈曲處其血必橫流  
血橫流則其骨自止骨龍也血水也

有穴定有龍虎相抱如虎口者有穴如掌心者有穴如指  
者無穴穴卑而龍虎高又露臂而不可用

龍不宜逼又不宜散

水貴大停蓄有泄氣處迎之無用蓋氣盛而不可留也  
當速迎其靜若來多而少去則每可取去之瀾則無用矣來  
雖少而有去則亦可取何者謂其派之遠也歟類則每用每  
論候氣候氣當並觀二地其地与我遠近相等無相去  
懸絕若懸絕則遠者有氣而近者必無故法當取其等並

而現之則有無自見於有氣者端詳而候之以現其吉凶天  
晴太日正中陽光奪氣不可望也雨霽后不可望也雲陰  
滿不可望也上無日光下無雲脚或晨起而望之目少眩則  
目中又自生氣則傳視而少俟之大抵望氣非一目可盡謂之  
候者偵之察之非一日也若死而無氣則不必用心

兄別后少選約至山子墩論鍾乳垂珠穴鍾乳者謂地形所  
鍾如婦人之乳珠者乳頭也婦人性命之根不在乳頭在垂珠  
之下以乳垂下盡處是也鍾乳之墩法當現其乳之其高若  
何而復其蓋頭正在何處取以為穴如屈手指而取穴於

掌心然則得之矣

真龍如身榦龍如臂枝龍如手指佳者身次者榦再次者枝

八月十一日予輦祝

含師壽於拱極樓頃之候

王兄不至忽有神降甚武怒解所懸劍揮腰遶樓濶步  
數迴索筆書密遣問踪另日再面復懸劍於梁而去

九月十五日歸自吳陵二君省予忽

錢黃谷仙師面於卧榻中掀予髻而笑索筆書何說

何辨劫當自受乎有密語月留細說擲筆無言而去

十月二十五日面

黃谷仙師於拱極樓書月留乃月盡也擬初三日候矣  
師從容就席而語言汝難乃劫數之決不可逃者且喜過  
了只宜順受弟子再拜叙心事師細為說修真之要只  
孟子存心養性四字已道盡了存心者謂將此心藏在這裡  
常照管常明常覺以此為振刷工夫養性者順其自然  
性字去了覺字便與心不同養與存不同有勿忘勿助之義以  
此為火候古來成佛作祖誰不由此因論地元之學別有

捷法雖霸道而不離於王侯告汝法祖後而再商之

丹法鉛銀相和俟半淨而養之別為銀罐以灰作底以風

相之火鼓其氣而採之

使半升

採法以鉄圈置罐之下而上以架懸

之去火五寸許為退火頃復下而養之超脫之在此中鉛半

清者尚存

淨則濁者已退銀罐灰底則鉛滲於下雖底火而無上距

之患此丹不取傳送但取朝種暮收而已師留約而去

十二月十四日予誕候

王兄於宅頃之兄至為予作贊知君者君若何所負竹底  
疎雲梅梢清露是耶非耶云何歸處兄即席從容

而語因言形骸累人耳目形骸也悅於聲色而動其心焉是  
為形骸累也口鼻形骸也悅於臭味而動其心焉是形  
骸累人也聞見形骸也以聞見之故而障其心焉是形骸累  
人也貧賤形骸也以貧賤之故而囿其心焉是形骸累  
人也夫形骸每為吾仇而吾固以恩報之何恃哉知此則凡  
所以奉吾形骸者皆當不必物而求備矣此段命予志之  
十七日午刻面

黃谷師於拱極樓降書一紙積行為造池和羹為任火  
堅守為持爐此外丹秘肯也供此動手

二十日午刻期面

法祖、遣素野仙兄降語前事已得允兄因期  
玉兄偕降而

素野筆二紙乃為予贊凡人雅好非濁世緣乃無前意  
君以無前意沉濁世緣多口盟、為君異人異此身我非  
身任將與作牛馬轡西家有片知音者鏡裏溫、獨  
自睡

己巳年正月初一日<sup>辛未</sup>與四溟飲罷忽

王兄面坐於卧榻前言歲曆更新風景如故予偶過  
此妙事置鼎中自分硫土承乾硫結皆賴聖母設鼎  
口不固則承雖去而硫存真炁有所附麗予問不濕濁  
否曰彼自有清濁再相約於元宵之間極樓相會  
初旨

素野兄自至於樓以銀置劍頂用償姚子焚衣之憾因  
言吾輩法財粗具十百可以面

師面后隨意而舉大率以和石和其本原在戒三人<sup>今</sup>



之意尚未和洽不然是自己之魔先不能進而諸魔畢  
至矣養鼎之法用紅枣取肉搗極細炭末為桶如竹  
之無底者一桶可足二日換火取降火時庶氣不偏冷養  
之定用三日冷極方可開鼎不無戒律要母氣足則子母分胎不足則  
子就墮綴乳上氣足則以神相授分毫不析縱折二有補  
法  
趙晚法用熟灰煖套充塞無間少有空隙靈自生風冷則  
則生濕一香之后便可已之否則母靈悉又洩矣  
冷極開鼎是為收熟蓋落不則永性終返

初七日面

王兄於拱極樓言養鼎三日後還須用明火一香永乾硫  
墜積硫兩餘却用聖母養之此硫可抱凡硫轉之乾永不  
窮

兄言陽宅不可一條如衙衙樣家神要擁護後無壁者不  
佳司命主口舌不可不敬事前門主財不可有大縫大家  
起房大率並排者不佳如葫蘆樣可也

十三日元宵之夜面

王兄於拱極樓是夕長談移時秉燭將盡因得從

容再寤地元之學兄言金白水清之候不可用太扇促  
之忌致強逼如八元調鼎未熟而強取之其氣必不和  
暢須觀其中心黑色微淡而中有清白者乃氣之動也於  
此時促而取之譬如靛缸撓動其中必空而花始泛中有清  
白乃中空也此時金始浮上予向方師先養后採之法曰  
養之多時則后来採取氣来必緩但見黑<sup>大</sup>花<sup>要為</sup>糝白而小  
此時便可取之此法至妙可授中人予向超脫曰此時亦  
看老嫩之則承騰太老則火氣入於母中亦致猖獗須  
審無滓無瑕之後面頗渾厚便可止之歸靜之后大

忌賊風密糊丹室不得動手搖袖往來閑走俱可生風  
大抵人靜則彼亦靜相感之道也予問補母之法云覺母  
輕少乃神去也作池置母其上用鉛作穹窿之形覆於母上  
以紫土亦作穹窿之形覆於鉛上養之二香遂以鉛煎之則  
母毫厘不損養硫先以聖硫而抱凡硫多七日次五日少亦不過  
三日火須小凡硫既出復以聖母養之其硫與聖硫同功如硫  
既抱出子硫其硫無氣又復以聖母養之如此轉製數次  
其硫愈靈一兩可乾汞二兩此法亦在世间但聖母不如耳  
予問人元脫胎神化之事曰十月氣完嬰兒顯相頂門自開

嬰兒出竅便覺身外有身其神忽驚而入竅便可養之時一遊戲出入勿令去遠俟其壯大方可拋身予向壯大俟三年九載乎曰只看工夫何如又向移神換鼎之說曰子處胎中上下左右隨其所之皆自然也人元之事舉之甚易可急為之

精神攢簇愈細愈微其人愈覺濡弱或者

亦有擔當

不知說其無功不知此非酒肉慾暴之氣可比也昔人有修煉得手者一日入寺立佛像傍其佛忽倒此人急以背撐之以特尋常一夫之力耳其人便為所損卒成怯細而亡由此觀之得氣之后保護當如嬰兒不可暴也

人間佳節神仙俱有慶會洞府之中器物皆是人間有形有質之物有天設地造者亦有自造者如此臺乃公所兄一至其中便置玩器予問神仙不食烟火曰下人間則食之如洞中則無用烟火曰止果品予曰亦有肴脯之類曰出自打拱乎曰亦有自製不用烟火焉能成熟○曰神仙家掌心可以熟脯曰神仙以口乾承信乎曰亦能之但一時戲化耳曰神仙有身乎曰有之今此來者皆神來身身不來也曰有身何不令人見之曰子修至七分則自可見今進筵而面笑見之漸也予向湖廣汪白石太倉陸之裘仙事信乎曰皆魔也但

現其言於理有滲漏處或示跡顯化或邀其酒食令之  
置於山巔水涯彼將呼衆鬼而賽之以魔乃造化陰氣  
所成專為小兒之事不喜人學道若吾輩則成人之美此  
其心術之別也予現此一段大率与楞嚴同旨

予向佛言諸天信否曰天雖有數重焉有許多但道  
理無尽天亦无盡進得一重道理是又進一天矣佛只是真  
性悟性則直超矣

二十四日予入煉夜二鼓

法祖降於本宅先是

王兄來諭予与姚君肅穆以待

法祖降言力疾舉事可謂好矣二乘之說養而后採  
者害事不淺子等胡不悟之且煉後而養其意何居無  
非欲使先天真乙之炁養入母腹耳方其金鉛未升之時先  
停火養之此時清氣雖得所養而不知濁氣亦隨所養而  
住清氣与濁氣俱住是謂理欲混淆天人交雜焉成聖  
體所以採藥之后養之既久其體破界敗炁惺鬆濁氣迸出其面  
多變而為青黑者濁鉛之氣也破界敗炁為害不淺法當一  
乘而乳半香之後其面已冰此時養尚未定急宜微啓而



觀之如黃則久養五香或九香尚早而面青者急宜加煉  
再激其升而取之如氣升已過未能急採便當徹而淨之  
俟其潔白見寶而後可煉勿謂其有銖兩可積而田之何  
者清濁混清田之無用也且夫金體本重今為濁氣所壓  
所謂以愈煉而愈不能升所謂害事哉是故耳啓現之法  
已降二乘五香之后復啓現之如好則不必再養予向啓  
現不無粟乎曰微粟無妨然既降二乘終非全昇矣予向最者  
方太真先生之說弟子未承面諭未暇深究今聞師旨若  
相矛盾者何曰彼所以教養數香者正欲汝等認取后乘光

景意謂黑花既淡此時金氣方升便是程途然黑花非久  
養則不可見所以養之數香者欲汝認取黑花也大抵欲作  
正丹未可<sup>如</sup>是苟且吾必欲汝百金<sup>方</sup>可辦者蓋以造化之妙不  
須天人和氣交應而成非一鼎可得也師言吾授法已盡無復  
可語子勿復疑矣吾今日之降實為怜子然与子輩當別  
他日直俟肉身相見也舉事候二月八日黃谷差返請而行之  
廿五日煉罷一鼎紫芽微生採之入養一香之後予輩欲  
啓觀之忽

素野兄面言此鼎不必觀紫芽微動是謂陰蕊採之微

老何謂陰蕊蓋陽生之後陰便隨之此時陽已胞胎落於有質故謂陰蕊比之出庚之月微覺老此予因細向兄以狀示命予筆之

凡佛金臉看體如肉中金此老也

凡看體如肉上金老中嫩也

凡飛揚有神如醉人酒華此嫩中老也

如飄揚炫耀載沉載浮此出庚月也

過無氣則白皮皺紋不及則青魂在面

予向何以肉中金為老曰老者其氣已升盡而回頭如箭射

力盡而返故金隱於肉中醉人酒華醺醺困酒之狀也  
出康之月嫩中嫩也載沉載浮者生氣浮動如疊浪然  
又如蒸餅得氣而發則面于凹凸不齊發而過則其面反  
平矣予問何以只取其嫩曰先天之炁渾沌無質無形  
此無極也其中一点生氣機乃陽動也為生天生地生人生物  
之根如風之有頭又如浪之前浪此機一動然后生氣隨之  
所以愈出而愈不窮取其嫩者恐其老而度於后天也后  
天則落於形質而不能生物矣作丹之法前取嫩后取  
老此老乃歸土之老非落於后天也

陰蕊之動陽已胞胎將向於老尤為可用但落二葉耳如  
龍頭已過而超龍尾不知而棄之大可惜也予向陰蕊是  
陰氣耶曰晦朔之間止有一符陽火餘者皆謂之陰如此日  
中自午以前皆可謂之陰止亥子之間一符可謂之陽耳神仙  
家只取先天故先天為陽餘皆陰也

兄與予細論煉丹之訣一要得地古人煉丹須選名山福地  
可以召集和氣者若四面有麓惡之山則避而不用蓋丹乃天  
地和氣所成其機難在於我亦繫於天二要得人其人心和  
氣和方能感召和氣外則漱濯口齒澡浴支體衣履飲

食之類俱要香潔丹房四壁亦要焚<sup>常</sup>異香衣服不必錦綺  
雖布素亦要<sup>須</sup>新潔非平日熏染者人身為火所逼自有臍  
汗外透此皆不潔之氣可以觸犯太和故日宜澡浴蕩<sup>日</sup>滌  
三要火和火之和氣妙在執<sup>如</sup>排火左右不等風在下邊  
則金鉛偏起一角不能平舉所以陰<sup>有</sup>虛既動而中猶心黑  
火使之然也至於養火調停全在於人雖<sup>有</sup>匠手亦須三年而  
後成丹謂火候難調造化難得也兄言鼎<sup>有</sup>拆之絕妙者啓<sup>有</sup>丹  
則異香滿室此外景也兄言道盡則緣盡所以有別<sup>有</sup>差業  
師之辭弟子然者君勿異也

二月十一日面

王兄於本宅言諸君欲會吾輩不可飽人以受藏蓋受  
藏有藏也積鉛之法非謂積而養之乃自生氣欲動未  
動之時積之至於三十二斤銖兩已足然後採之正如人元積  
鉛積承於平日而臨爐採藥於片餉時乃

法祖始授之訣也然是法非聖師不能下此則須降而  
授之蓋以池鼎既多一有敗裂或臨採之候先後失宜則  
前者所積之功盡棄之矣正如七層宝塔雖完而結頂  
金瓶忽尔迸破將焉用哉此

聖師所未言者故今日言之予向人元臨爐之候其氣  
若何而得曰真精頭頭不自然投先天之炁昇  
有之但不若此為生氣之始但既得之後急宜休之若被  
聲色尚在耳目則我之神未免見誘於外不能專一於內  
譬如迎客到家主入專一陪奉須是關鍵門戶若主人  
精神少不翕聚則客又將去矣

### 十三日面

黃谷師於本宅告煉言予法已盡授玉爐任子行之非所  
靳也



十四日予方入煉忽有一

祖師颺颺而至予不知其人叩之亦不應但言汝輩大胆  
幹甚事一个授之太難一个授之太易問其所煉母看  
予答以未善棄之曰不消棄耶一小者重臺西七錢以氣  
呵之二通命入鼎入汞六錢三香後以漸升降冷定耶視  
汞尽死母下時師先行昏魯復來耶碎耶稱鈔九分半  
用鉛養之復呵炁鉛上半度香煎之如養母法時予別  
煉一鼎已脫師命啓視之出為予言養母法以人身消息之  
面紅者火大也如火動則發赤面黑者火不適中或大或

小母中鉛瓦自出業者寒也師去而玉兄至親為予煎  
承九分半得銀一錢九分

二十四日予入煉於臺午后面

玉兄於東廂室言法仗事予輩三人當齋戒求之得此  
法仗則汝輩左右前后無不如意矣

二十九日予方淨一鼎於臺之東廂室忽

太師至命以盂之時鼎已徹而就老

太師命止煉約初三日辰時降別有所授時趙以家故

啓政十三日辰時

三月初六日予往候姚君與談道理頗多姚飲予酒而登城自東城步起至兢渡而後因論張陸二地忽

王兄至遂與論風律兄問有陰陽宅人家已與後忽敗者其故何居予言或陰宅不稱後無積累功德皆是致敗兄言此皆枝葉之言非風律定法吾昔為子嚴道之今復相授此等事皆因堂局小也如步至人地現其之前後倚伏包裹止有數重數世之後便合凋謝何者既得地氣便合興隆而地氣有限氣盡則人家福澤亦隨之盡矣故登地者固已知其吉但向居此幾世矣如居

地已以便云此地無用如尚未以便云此地發福地一也而  
盛衰異者氣尽未盡也蓋地氣雖吉而無人居千年  
百年旺氣猶在一為陰陽二宅所奪則氣洩於二宅矣  
洩則會有尽時譬如有酒一罍如未啓封數千百年  
猶酒也一啓其封則酒自會醉人人面日紅則樽酒  
日減面紅數次樽酒尽矣予言地不得人就是混沌  
未鑿此庸先天一得人居鑿開混沌便屬後天、  
則落於象數其有成敗盛衰皆數也  
兄然之兄与予步至東寺對城而別是日所言皆透

當而意更懇到云

朝聞道夕死樂矣聖人恐出語驚人故止言可者僅詞又  
十三日夜刻面

王兄於拱極樓言

太師以趙故大怒言環視深年數斷乃絕

王兄為懇久之但命以前煉八養砂五日后再言先予夙啓  
王兄故自得無咎云而法仗不可必矣

十七日面

王兄目睜開視砂母毫厘不折以趙家故不敢打鼻

天不齊

見書會

黃谷師言前養火不久師命作小磚樣齊昇身

厚寸一二分揀於三方炭末稍廉此將水昇不用紫土土亦能  
受炁但用厚糊或米粥研如糊彼物見火則成灰燼無可分  
炁砂宜入汞四錢蓋以母尚有炁而砂中之汞見汞則拔

法伏者祖師之意或以炁留或以筆留乃法之倚仗也師之俱  
有予問如此則是一由於師而已不得專何謂宇宙在手曰此  
事乃欲速成者非法力保護不可得成譬如頃刻開花須  
要疏土在根如待天工自至則不必用此矣

凡人為學須要成癖如畫有畫癖字有字癖如此方造精

妙為仙者須有仙癖精誠方能透徹孔子說好仁者無以尚之此仁癖也有以尚之則意念分矣雜矣

二十五日午面

王兄責予輩怠慢因引韓信下齊故事言說齊降者蒯也而信龍之蒯卒以受烹意謂彼必以予輩故得罪於

太師矣予輩懇之再四

兄為啓

太師命打鼎三香鼎啓而承事非矣

二十六日晨約

太師降而

王兄忽至遂与予輩拜別言師命甚嚴不得長語遂  
摘淚悲咽而去

四月初六面

悟寂禪師求解約旬日候

十六日面

悟寂禪師於樓言諸真無甚嗔恨只緣汝輩不能日損  
禪家垂簾者不接外境也風律事吾任之



後數低導陽面

王兄絕語

前後之水橫而直去者皆謂之四漫無情

八方之水不必論水好水不好只要看自己受用若水來有情雖不好亦好与我無情縱好何用凡水俱不宜衝

傍城借主城水城也主本山也如主地正南而水城東南甚好欲傍城以迎其福必借主迂東不能依正南也然無祖宗山則可若有祖宗山而欲傍城又是今人裁穴只論向更不現星後龍上之說此是皆祖又不宜耳

葬者取生炁也凡言強弱橫直硬軟皆是只求生炁於界限之中

大向小抃以一地而言地之大者其中必有小穴如蛛網攢心取其小者正炁之聚處也若地之小者其氣必薄更須求外面大包裹方為盡善

龍脉過峽在山則易或山澗或沙兩邊有坡則氣易接而過謂龍脉從公處來可也若平洋地有大溝則氣必斷若謂脉從公處必無是理地復起者就謂之祖宗以水為龍者又是賓非主也

高者葬淺平者葬深蓋地之高者炁上行經曰吉地有吉炁  
土隨而起故葬淺以乘其生炁也平洋之地其炁未升故葬  
深以就生炁

此与凶者脉浮凶者脉沉主同

金居兌位亦以水言金在西方如水在西而金形者是也只就本身  
之形而言若水在坎宮不止一形金形土形俱好但木火形不宜耳  
凡言后山包裹倚靠者必是后面之水如金城負抱而后面之地  
亦必負抱方可言倚靠也若水直去無情則地亦無情后雖有地  
非負抱者不可言得倚矣

地前無聚水而后有聚水者發在子孫若欲見在者發達

必須明堂澄凝方可

三吉方者南與東西而北方不可葬也然南又有正南東南西南

而東西又有東南東北西南西北此四隅又有三吉方四正之吉方則

南為上東西次之兼之四隅吉則東南西南為上東西次之東

北西北不足言矣

凡地前有亂墳壘如亂石森岩其氣不聚後雖有地亦不足

取必有明堂水界之可也若後有亂墳而前有餘地或對明堂

聚水而包裹勢大水口關闌葬之吉矣

葬后有亂墳或謂如跟隨護衛然必在山上則墳小謂之護

衛可也若平地則墳高謂之山可也墳或東西南北不一猶山參差反背不常亦不宜也

玄武水有潞畜停聚維寬大更好若直流而去便不宜寬大

看地先尋祖宗山得祖宗山然後尋龍脉得龍脉然後尋穴龍住結穴必前有界水得穴又要水口關闌若水口不謹則氣不聚而穴亦因散矣

祖宗大者發福必盛祖宗深者發福必遠深謂后山重疊深遠前面朝山左右護衛須要俯視朝穴如荷花包心方為和合賓主有情若仰背無情則出子孫必強傲不遜

明堂要寬又不要嚴若前一削而下是謂傾瀉則氣不聚  
明堂水瀦蓄澄清則子孫必聰秀濁則雖富而难免愚鈍  
矣水歸明堂必之玄而來者為善若水直來是謂水射天心  
凡水直來者皆謂之衝明堂水流而清者為美若不見其流  
而瑩然如十五之月謂之神清尤為美也

地勢高遠而來至前偶墜而下如階下一級前有界水則此  
處謂之脫氣不宜葬也必須挨上數尺則生氣與逆氣相合  
方可下葬是謂湊越若平地削而下必近邊者方可言脫氣  
也 穴前見水去者則退應本身不必子孫也若水去而前

有一界水橫欄彎轉反為吉矣

凡葬偏仄者主人心不正喜怒無常

看地須要有水或前後有聚水后山沒有包裹一重包者代富貴水口有閘欄左右有護衛方為佳地否則不必觀矣

定人家之興敗必看后地之包裹地好而后無地又無包者一發便衰 登山見水斜流者面無堂局而止有一水未過宮

而反跳決為不善若前有局面而此水又遠則必乏拘

龍虎須要相讓影山西頭決不可相對圍牆後不宜四方圓抱方可 明堂不可逼側又不可太寬明堂或小而龍

虎頭低太陽時照則雖隘而不隘也明堂大而龍虎又低則  
氣有未聚是寬而又寬也必須龍虎高聳方為善矣  
土色<sup>黑</sup>者冷<sup>青</sup>者不佳白者尸氣<sup>白</sup>黃者佳而太紅者無  
用須掘地現之

登下回春者別人居宅或已屋与人居之則可其白先宅后  
墳先墳后宅而有盛衰者蓋陰陽相壓以一家墳宅而  
言故不宜也

山形一樣而彼此發福異者蓋為五形正反不同如金星正而  
土滋润溫厚則福必盛非正形而土枯鬆淺薄者福必不久



閏六月十八日面

王兄於拱極樓丹房

十九日面

王兄於北舍官蓬中論水之所忌者曰連水截水落水放頭

水勝已水連水者左右前後相連或圓或斜尖狀各不同大

率相連而去與穴無情又與四至黃泉者不同四至黃泉水也截

水者水流至后而斷頭落水者水流至後而猶有跌然

志截斷而不可用須以人力裁制之放頭水者橋梁鎖水水

過此則放頭而奔無情顧人故不可用膝已者謂水勝於

土衝射之水不可惧之玄之水束灣而直入者穴亦宜避之  
隣水者在穴傍不抱不灣皆不可用

補地法去四傍硬埂參差裁割使旧土之氣得与新土相入  
雖地底亦用築破去其筋膜如割癰者去其<sub>因</sub>綱口然  
後皮肉相和除旧而新可生也不然一硬楔耳今之補地者

多不得法或以柴草填溝柴草百年不壞終是過水

者不知

水聚難瀉易已斷而疏通之無不可者

如器物天生之眼固可泄水鑿而穴之水寧不泄乎

傾瀉以南北言歪斜以東面言傾急而瀉緩也

穴有二有自然之穴有裁成之穴乘生氣也氣亦

有二自北而南者為祖炁隱、隆、界水而止此炁一定不移乃陰氣也止於水則氣復逆行而西來故自南而北乃陽氣也生氣也乘生氣故於陰陽交會之處而扦之其會處必有逆踏之狀卑高相因扦於中者為得穴扦於上者是為不及之穴言不及乘生氣也

不蓄者四面傾瀉騰者上尖而不負齊漏者泉水下瀉背者山形四及囚者拘迫於中此穴皆不吉

祖宗山一重主子孫一代福廕旺各房者現蜂腰鶴膝之

所向

前秀拔主文渾厚隆壯主武

三橫四直橫以東西言直以南北言

葬近祖墳殃及兒孫指昭穆言先穆則穆為祖墳之白  
虎先昭則祖墳為昭之白虎故俱不利古者無昭穆葬  
氣遇之路亦止如水然

八月十五日面

主兄拉導陽宅予問身外之身不宜縱之遠遊須勤照管誰  
縱誰收還有二耶若有二則我還是我烏得合而為一兄言汝  
作夢之時誰喚誰醒但一驚覺則魂自入殼其所以驚者乃陰魂  
自驚如人一遇狂賊便返而歸舍舍乃主人識熟之路方其出遊不

知有舍一歸便會入舍其中有誰喚之且身外之身乃陽神也乃  
性命混融而成性無知覺凡有覺者皆識神也火足升熟至於脫  
胎則識神皆化而為陽神所謂陽純陰盡性之靈胎中如子處胎  
識神乃陰也元  
無有知覺趙商脫胎衝頂兄曰頂上豈有破綻蓋嬰兒一身之  
氣渾與天地相通自有知識則濁氣障蔽便與天地隔塞不通今  
也復其嬰兒之體便依回與天地相通故去來無礙  
真鉛升頂之后化為玉漿還有形質及乎入於中宮混合為一連一  
也無化為虛無此時不可謂之鉛不可謂之汞不可謂之土不可謂  
之陰陽故不得已而名之曰丹者虛無之氣也如塩与醬合則不

得謂之塩亦不得謂之醬而名之曰味矣一身之氣輻輳而歸謂之擁護非交媾也識神亦在外面擁護元性元性本孱弱養之之久自能神化

陽長一分陰自消一分

是夕復面

王兄於姚若宅言趙文可得二篇予續同火符丹歸中宮之後既以武火結實矣何時復進朝也耶曰須待其宜停安之後蓋丹入身中龍虎交戰其身踈暢如醉人然必待其惺惺既惺矣便以意綿若存謂之若者似存而未嘗實存此便是朝屯之火火有發機發動其機自進以漸而如發弩者然至其

所到之后其箭自會落、即退符也退符之時謂之若亡非  
實亡也實亡則火便冷此火只在真息、者以踵之息也不問毫  
髮差殊不作丹兌言此差殊還是煉已無功上有此休咎若直  
承既死亦無甚害予因問煉已兌言關鍵三寶然所謂因害  
者非是死了機括必有放恭之時且如目非無視物之時如人舉一物  
与者常人便将眼條少看意瞳視此便搖其神了煉已者常  
以照管此心緩、移眼少視又如聽聲耳為命門傾耳而聽  
便搖其精了煉已如遇雜聒聲語便收耳勿聽只在一處照管  
勿為二三所雜如對人言語耳雖听之神實未嘗移也言能續

命不能促命言語便給利大能損氣蓋所損者雖後天之氣然  
濁氣既尽則清氣上隨而耗煉士非閉口不言但言自有搏節  
常使自已<sub>有餘</sub>予向靜中雖無聲色之想忽然道理上心亦為  
理障兄云念頭為能無之如無是死人了但不要雜了念頭今  
人念頭起時種一枝蔓不一頭向東又一頭向西又一頭向南神  
被其役實受苦耳他便去了神被尔苦不过便縱三尸日夜搬弄耗散精  
炁直任你死了也問何人役神曰乃氣質之性奴僕及役主也兄言  
吾本皆稟師命言的有本既又同遊月下指月而言既言言  
月出庫矣何以又言八月十五翫蟾輝十五喻類者之炁足也出庫



喻類者之藥嫩也月言十五則日可知此是二八相當所謂內當  
戶對正好成親因言予有行色告以怒之一字乃禪家之平等法  
也凡事以怒便是反已便是收神便是存養便是省察

十日予輩候

王兄於姚宅請趙文入鼓初忽

太師降言煉已法已者我也克去有我與性乃見世人惟以握固精  
神心息相守作蒲團上工夫者則人能之此特修身之一術耳凡言  
克去有我者謂有生之後知識既開事念認爲有我此氣質  
用事學以變化氣質爲本所謂善反之則天地之性存焉因誦教

語命予識之也我在性之漓漓性以求道兀坐以謀適以故我之  
念道之魔我之事伐道之柯孰是求道為初無何應之曰諾  
猶是我師去而命 玉兄來報兄為續言嬰兒知識未開此  
時真性尚在煉已者煉去故態歸復於嬰兒方始見性予因悟  
反者道之驗是此意否 兄曰然因問三精九靈曰身中三精藏九  
靈藏十二真三精分上下中三田其名何義曰隨意命名何謂召之  
曰召之者聚精會神也書符呪水則呼之呼与召有緩急

二十一日鼓初

玉兄傳祖太師太易真人命予授書趙文文當入華藏中

大易真人休姓貞名東周時人

趙賓之八十

興邑古昭陽四壁皆水也土綿氣浮市罕老

人老人出爭奇之是大易先生道邑有頌老人者不能言述先生謂  
之先生容而廋焉索素依几以狀老人延之左也僉曰將無數乎  
其右曰匪攝生德之為也先生曰此豈老人哉老人之壽老人之福也  
老人積厚矣而不奢籍仕矣而不祿守朴履素和氣隱而末濡  
也是則老人之謂也嘗聞之規丹山測渚駭眾從其脉也老今子  
森且賢焉傳之奕世老人之壽猶在也老人喜捧朋酒以饗先  
生先生慰而遣之時歲己日午也 東周大易山人貞贈

首尾皆  
太師自命

十月初七日予以水患借居開元觀之小樓面

是夜

玉兄於其上予向擬陳武都四字兄言武都二字有本出室  
家室徑黃都者指意也武都者指火也疏都者指象也  
皆隱語參同正文此六十字世遺五十字其他竄入正文者  
一家天元丹是以劫火焚身一時陰濁盡去皆化為氣故能輕  
舉人元則身外有身軀殼無用頭用脫去大抵只為元  
神墮落凡庸中劫、沉淪聖人不得已用此方便使元神  
不受墮落耳天元丹更捷徑不論有德無德服之便仙也  
趙文十五日方得

法祖降於闕元規之小樓手書乙丑歲餘不用趙文命三日候

法祖降賜文  
黃各手書  
繼太師至  
性師至  
玉兒侍

云真在座文載筆藏中  
黃谷留別手書一紙在冊中

七夕 明姬面謝予手書四詩并趙壽文跋見華藏

二十夕候 法祖不至 性師賜教作偈命一書者書之書罷

作性解一章見別冊

林去縑身方見原性

說好是性品非性  
學好是性品非性

是夕王冕降書四姬先容姬手書一紙二更餘蘇君至語世

事國相聖王猛又東海東谷先生至

其日少波師寫文作引序 王字偈者至言解脫須性與氣

相離如兩半然氣質中見性非性也必離形去知陸支點聽氣

須銷盡性方自見此時方能了脫喻如佛前之香香盡烟滅

香魂自散一時悟者如香燒一寸其餘須要燒盡

授胎法以三更出夢先要清淨心口打熬睡眠三更陽生之

後以我作夢須要清楚使入調格不然又當立志百日之

後可得如意如此入格自能授胎授者先要知人宅字門徑

臨產之時現其下洩之氣黑者為女黃者為男欲下未

下之時必之入

三更後四眼叩道頌之有悟作長別言明姬復來致謝

天明時性師至作警悟語大約言宅舍者後人之奪盡功  
名皆自己之牽由財貨者后人之端福達者何必留主恩子  
去卦數十四年矣追憶十四年前是年疎手五十而死已不  
稱矣七十者希世豈多多得假使天假毫末之期衰憊之  
年復有何用子等勉之吾言已尽就此長別

十一月初二日面

法祖手書整文是夕東海卜紫元錢東各俱至言四姬去

笑

初七日燈下三字偈師至作夢悟神脫語載冊中

十四日燈下玉兄自至言風律坐向不吉者以時日對之謂之射家如人正方與我為敵而忽傍生一敵彼方支吾傍敵而我之敵釋矣射家時日可用一年浮攢者用之

予舉三字偈師所云陰神與緣督子所論大小不同不能無疑兄云陰神者劫入輪迴蓋佛非一切所修緣氣順之性自無始以來沾染熏習久矣必須漸、淘汰如澄水然下有濁滓非一次可清也此个工夫漸、入細故悟則脫去別作受用仙家



陽神煉就身外有身雖任輪網然却帶有識性在終有  
濁滓如君所問雖在理上此識神也予因問臨爐採藥行  
火之是識性兄云此未易語孟子前月二十六夕与三字偈師言  
陰神陽神彼言陰神是無始以來本來面目陽神終有 假  
借陰神則無所不通陽神則客有不到之家向者悟寂 師  
言彼光中所照較仙家頗勝如斯而證可以豁然

十七日<sup>灯下</sup>主錄降

法祖繼

黃谷師手勒答魔文冊

玉兄繼至

二十日<sup>灯下</sup>紫元先生送海上方回<sup>治</sup>手書小字一紙入冊

一治白醜

馬苔陰乾者佳急則晒乾為末烏引剖洗一具俟自出

者銀器製乾為末前藥四兩引具和水服量病淺深為服先  
後每服一錢日三度服之淺者一眼忌諸血脈物勿食有合呪  
治手汚生瘻不拘多寡搗爛入真麝血少許連蔓草一盞合成  
置肘腋間三日即除有合呪 連蔓草不知何草俟查

治禁門魚王肝銀器炙百歲灰菡積各少許防風荆芥湯服  
之有合呪服用一匕足矣菡積用亦不多謂之藥線

治五淋即略噴者皆治之下根者二用漏下水一鍾煎半服之此方乃東谷

又治吐血牛鼻衝草晒乾為末入真麝血少許以竹筒吹鼻中即

止 此方二十三日已刻紫元先生再授

二十二日更餘

法祖降与予言别再論身中内景須心息相依性命合璧靜極而生動者方可用之若吾輩終有夾雜氣血強而用之日久反生奇疾趺跏坐乃閉關法日用間行住坐卧只要自然在外緣熟即行恐生愛恋希請所祈三事有符護身留命辰而拜之即如見師也符水事以蛇鞭蓬与精神内守者道不相應故不可行俟得手後縱橫順逆無不如意矣末事俟法財備請行終須藉此積行師去後而玉兄繼至為予邀東海紫元先生期明日復授前方云

師命有窘迫處當呼東海明真直聲當有護持孟汝不忘報也  
隆慶四年八月十九日予歸自虎墩省親廿八日面

玉兄於西禪小靜論黍珠卅日復面於遵陽之山子庄入更分  
續向黍米懸珠產於北海者還有質否兄曰黍米之珠乃以  
神氣相感氤氲而成謂之外丹實無質也及乎餌之入腹始  
與已之精氣相投懷胎育嬰無中生有虛裏造實是謂  
內丹當其一時半刻之符陰陽之氣互相紐結其中消息之機  
至微至妙始以神感後以形通故得採而歸已先用築基煉  
已者止謂此關難進彼童初之子關最緊澁雖有感合而

走失尚遲壯夫入於頑途則不然矣煉已者積精累氣返於  
童初故能臨爐採藥保無虞失凡採藥之時陰陽互有勝  
負故彼動而我靜則靜者勝動者神之蕩也煉已熟者神  
太定而不蕩不能太定而後以堅忍為靜則又自閉門戶所  
謂賓欲來而主不迎烏能有濟予時舉龍眉子和合之詩  
兄為予解之五八清源正一斤者非只以等分為均平而已須  
要和合乃是均平且以十二辰參之申與巳合是金火相合也  
寅與亥合是水木相合也何故如此其中必有聯合之妙蓋以金長生在  
巳木長生在亥位雖間隔氣實相通陰陽男女實可例觀

故等分非是均平和合而成三五方是均平也然彼此各要有  
个和合若天不降而地不升陰不氤而陽不盪妙用何從生  
哉予向河車兄言河車水足乃能載舟而行若積累不足  
道路枯澁雖有黍珠安能搬運故煉已者貴積精累氣  
也予向煉已者於動處煉方為常靜常應兄言此說甚  
好但非初學所宜譬之植物固須暄以太陽飽以風霜乃成  
大材始植之時若無遮護其不悴死者無幾矣

續命錄

九月十四日山子庄日就夕忽有一師至予向授胎奪舍移  
居曰住授胎法須於靜修百日中試之食後濁氣行母睡

於夜子丑時坐候夢將出急收之母縱久：純熟自然出  
夢接胎須於旧熟識去處 奪舍者其人生氣未絕移居  
生氣雖絕而未至於殭冷舊住者如公侯之家不欲他往  
此人猶戀舊居 四果皆道之后門人元中堂也天元如前  
聽三五飛步之類如兩廂道如前門人須要得一門一路庶  
不為六賊戲死

九月二十一日面

真姑於山子三更候姑感念而來自祿媛也謂始志何銳今復  
遲遲是先生能教人而反不能自成矣媛有數句願先生書

[illegible]



伸修真者不外氣神二字氣則抑之神則藏之黑然之氣  
太重則福神遠避又言貞以氣化神以精完所謂氣則抑之  
謂能下人也因命予演其象予言謙已至忘不立人我不爭  
是非不言人過姑命再演之予辭重複姑曰一有忘心非下人  
也幸人之敗非下人也

予問接胎於何時入之曰出胞之時頭頂產門此時鼻息已  
開便乘息而入入即居於絳宮守舍者但竅中有氣即  
隨氣而入更不拘於何竅予向生氣已絕者何得復生曰神能

化氣然亦漸而化

辛未四月初記与

王兄一會於姚田僦舍一會於西寺禪室皆倉卒而別

七月十一日酉刻有

師降於趙宅手書天樹甘露不降地樹草木不生人樹  
氣血不暢趙即識此乎師海蟾也

十三日月下有

禪師降於趙宅予因問投奪劍解之說師意奪難於  
授非平日素有強悍之力堅韌之操者不能遽死氣而生

之劍非刀劍之劍取疾速割斷之象乃斷緣割愛之法此  
身解去非便為仙也

者

因問二教家只用一字可以盡盡其象使上通聖神下及  
凡昧皆可通曉予答以三教惟心只一心字師云心有真心  
有凡心如此又費講解予思一誠字云誠字又深凡昧小人  
焉能通曉師去而命予三思三反皆不得云予一字乃四  
畫字命思之不能得從容云乃反字也令愚昧小人只將  
日用道理一切反來如陽施陰受陽上陰下之類一切反  
之性宗則如六根六塵一切反之人為的我人不為人欲的我

欲如是反求自然合道此字徹上徹下可以立教

予問仙佛中所言最上一乘之說曰各家皆有最上一乘如

玄門中言我法見前即獲神通不假修行累世此最上

一乘也天元家言我法丹成即服即仙晉濟群品不此人元止

能善獨一身此最上一乘也要之最上一乘唯我法門耳何也

對向亦見得性門如此敢問仙佛同源皆以得丹為義曰

此斷輪止劫之法諸佛皆不能外但一霎之頃得之即忘

無勞溫養蓋彼性已靈通借此陽光一照即皆化為陽

神從此斷輪止劫予因遂問採藥白諸師所未與汝言

者夫採藥之時覺氣橫於上面目俱熱者此汞走也其中已無汞矣急宜棄鼎以面後舉否則有焚身之傷予向久積之汞漏而易溢將棄之何師言所宜問者在於神怯而~~動~~<sup>金</sup>梁不壯彼非所急也去月下后會

壬申十月初五日予往山子庄省趙兄玉兄降而與語予向壬申太歲在申奏書在坤逼近之宮何以曆云各神所臨之地惟奏書博士宜向之兄云奏書宜向者向其左<sup>邊</sup>借奏書以為避翼所謂吉則趨之凶則避之方向在小圈中則有走移遠則仍照歲苗也予向奏書等兄云奏書者奏達章疏之方

力士者羽林衛士之所蚤室如節藏之地博士者多官会集之地也蚤室秘密力士殺神武皆不宜向之

吳門已降云人謂我蒙者已烟蒙而既烟者何蒙因言近為黃谷師送南立國 稗師座下學就六寫字屬對

近覺心靈亦能赴真作假仙因命予二人各寫四字予寫忠孝節義趙寫久要不忘彼各續下數語忠字一中在心心在何處孝字中有入子能尽此心心尽尽人人而仙矣節字有節不通而失節、失心於義安在不忘二字共作數語久要節義忠孝只此做人方可學道此六言之有理者記

之佛氏之後皆在南立國去此萬里其王不行而只護佛  
法。佛光如圓月仙光如火直上 兄与予聯一詩予贈一詩  
師門久憶三吳客別後遙懸數載情菱鏡慚看西鬢短花  
名今付一毛輕山中喜識園中意塵夢那如鶴夢清早晚  
藥爐鼎夙願相期長日話無生

1884



予問姑上鵲橋下鵲橋天應星地應潮姑言上鵲橋玉危

是也知上則下者可以意而合之天應星二句天地即上下二字  
之義在是者精光浮動射人所謂光應星惟是也此二氣  
交感降丹之候星輝潮至上下相應此時方可採藥先  
聲者潮至之初候星輝者丹降之正候知星輝則藥可  
必為予以 法祖金鈔映日為問日是也又問何以知日月落  
平日現之今則竟其独異正如平日現星一夕搖動光彩自是  
不同潮將至者此時作痛即須命去 不時候之先  
聲不必人々俱有乃十分星折也合邑中無一二人但有微  
時入昇直候應星然後採藥吸而歸之

景象如斯

金粉沉底激而不動者其面尚青半沉半浮者面中黃而四邊俱白亦有不  
徐其隙而緊牙微動其面青而金在中深淺不分等色而較若面白皮  
皺紋隆視其中金色淡白而無等色者其面要若固是火候失調而為  
泥銀者住於中曰大而外透者

師云要者其時氣源氣此日中一中有氣也

百神以令諸德令者中主精精與德在元氣人清廟而為  
律也。

五葉一呢

通計四卷

道藏精華第十二集之二  
文山遜叟蕭天石主篇

# 俞石澗易外別傳

自由出版社印行



重刊  
元版 易外別傳序

蕭天石

俞石澗先生，宋末之隱君子也。深於易學與河洛圖書之學，亦長於辭賦，文采煥然。名琰，字玉吾，吳縣人，晚年以宋亡而遜隱著書，自號林屋山人，以所居傍石澗，又號石澗道人，學者則咸以石澗先生稱之。俞氏晚而好易與圖書，致力深博而久，間多獨得之見，與世之事此者，持論頗異。本書與其易圖纂要，係附於其名著周易集說十三卷之末。此次重刊本，則係據其門人王本齋都中先生所鑄之單行本書，名曰大易會要，凡百三十卷。不揣固陋，遂自至元甲申，集諸說之善，而爲之說。至元貞丙申而後，成凡四十卷，因名爲周易集說云。「據宋元學案，其散佚無傳之著作，尚有經傳考證，讀易須知，六十四卦圖、古占法、卦爻象占分類易圖、合璧連珠等書，迄今無可攷，深堪痛惜！惟據青城秘錄道家經籍攷，則俞氏尙有「性天秘籙」，及陰符經解與沁園春解三書，并稱其「與易外別傳」，易圖纂要，交互衍繹，錯綜經緯，範圍宇宙蕃變，徹通天地造化，終始人生，大闡易髓，要亦爲命世不朽之三大要典也。」蓋俞氏易學，博通前代諸大家之說，并曾遇隱者，指示邵子環中秘旨，并得先天學之微傳；曠識玄覽，鈎深致隱，妙悟神契，曲暢大道。

於邵子之學，尤多闡幽發隱之見。雖師承有自，然以其入道深遠，由於默會而自得者多也。

俞氏爲人，高曠而渾樸，英邁而坦夷；守道於易，藏用於丹，遜隱於山水之間，要所以求自安其性命之情也。蓋易之爲道，廣大而無所不包，高明而無所不徹，變通而無所不至，簡易而無所不盡。或玩其卦，或玩其象，或玩其數，或玩其辭，或玩其理，或玩其占，無可窮極，亦莫可究詰。要而言之，入其門庭，契其一二，卽足以通天人之際，類萬物之情，盡性命之理，極死生之化。迄乎升其堂室，神光獨耀，自可奪乾坤之造化，而冥極於無始無終無有無無之先天地境界也。俞氏之自隱於易者，其在斯乎？

易外別傳，旨在傳自伏羲以來之先天易學也。康節邵子，曾謂「先天學，心學也。」俞氏精於魏伯陽之周易參同契，斯書於身心性命之學，極博大高明而徹盡精微，道家奉之以爲丹經王。俞氏復深於邵子先天易學，及其易學中之命學。會通爲用，而成其別傳之學，其義一如禪宗於佛門之爲「教外別傳」也。全書卦象圖文併重，精微簡明，玄要深遠。本先天易學而顯揚丹道龍虎鉛汞之玄機，援參同契而暢闡鼎器藥物火候之妙用，明卦爻以觀圖書之靈文，窮後天以直奪先天之神髓。而對於先天陰陽和合之道，後天坎離抽添之道，中天性命變化之道，亦無不直洩古真心



傳。且復直指道在天地未判之先，與道在太極既分之後，修行人於乾坤闔闢旋運功夫，如何鍛鍊？以保合太和而正性命，以一炁化生而盡人天，以轉換坎離而得長生久視，無不一一隱於訣中。凡所論列，全爲易道秘指，實皆聖人養生之切務。或曰此乃易道之緒餘，惟若齊小大，翻正反，再通其分爲一而言之，謂此卽爲易道之神髓，而爲人生無上之大用，誰曰不宜？

斯編以係元刊孤本古笈，原書文字，不少處極欠清晰，闕誤脫落，亦間有之，爲便讀者計，由內子曹哲士，概予以攷訂整修填明，并爲句讀，重編頁次，然仍有三字無法校出，一時又無善本可資查對，故惟有俟之異日矣！特此一併誌明。

中華民國六十三年甲寅春正月文山遜叟書於石屋艸堂



元刊秘本 俞石澗易外別傳 石澗道人玉吾俞 琰著

一、易外別傳序	一
二、太極圖	二
三、先天圖說 (附天根月窟詩秘解)	三—八
四、先天六十四卦直圖說	九—二二
五、地承天氣圖	一三
六、月受日光圖	一四
七、先天卦乾上坤下圖，後天卦離南坎北圖 (附說)	一五—一六
八、乾坤坎離圖·天地日月圖 (附說)	一七—一八
九、八七六九圖·木火金水圖 (附說)	一九—二〇
十、乾坤交變十二卦循環升降圖·說	二一
十一、坎離交變十二卦循環升降圖·說	二二
十二、屯蒙二卦反對一升一降圖·既濟未濟反對一升一降圖 (附說)	二三—二四
十三、周易參同契金丹鼎器藥物火候萬殊一本圖	二五—二六
十四、易道秘指	二七—二八

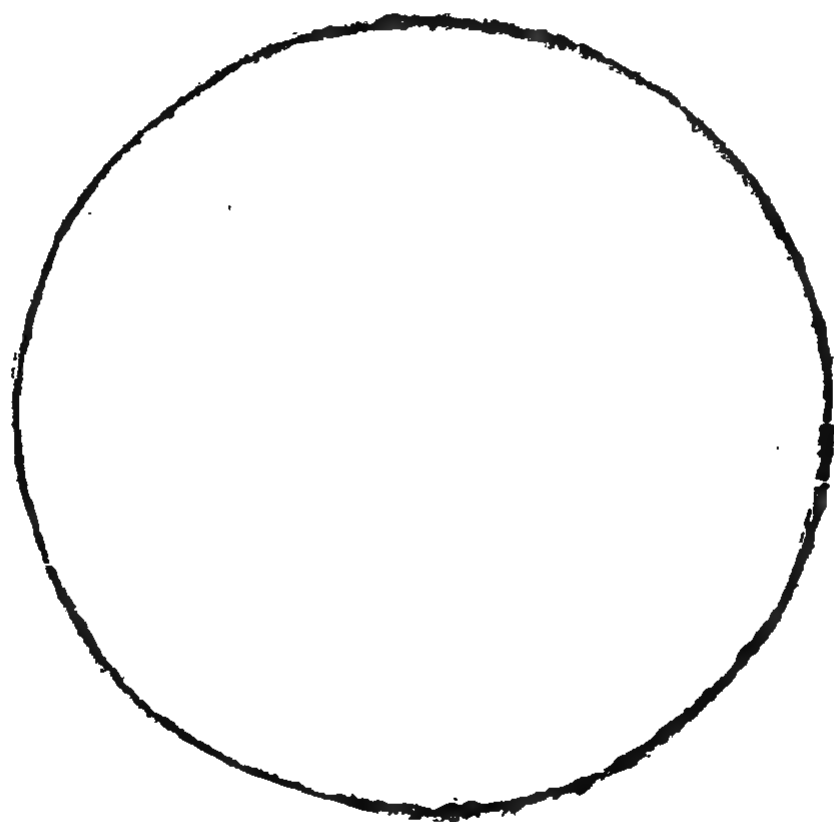
圭、玄牝之門賦·····	三九—四〇
夫、水中金詩·····	四一
古、跋	

俞石澗易外別傳

易外別傳者。先天圖環中之祕。漢儒魏伯陽參同契之學也。人生天地間。首乾腹坤。呼日吸月。與天地同一陰陽。易以道陰陽。故伯陽借易以明其說。大要不出先天一圖。是雖易道之緒餘。然亦君子養生之切務。蓋不可不知也。圖之妙在乎終坤始復。循環無窮。其至妙則又在乎坤復之交。一動一靜之間。愚嘗學此矣。遍閱雲笈略曉其一二。忽遇隱者。授以讀易之法。乃盡得環中之祕。反而求之吾身。則康節邵子所謂太極所謂天根月窟。所謂三十六宮。靡不脩焉。是謂身中之易。今為圖如左。附以先儒之說明白。死隱一覽即見。識者當自知之。至元甲申八月望日。古吳石澗道人俞琰書。

邵康節曰心為太極

太極



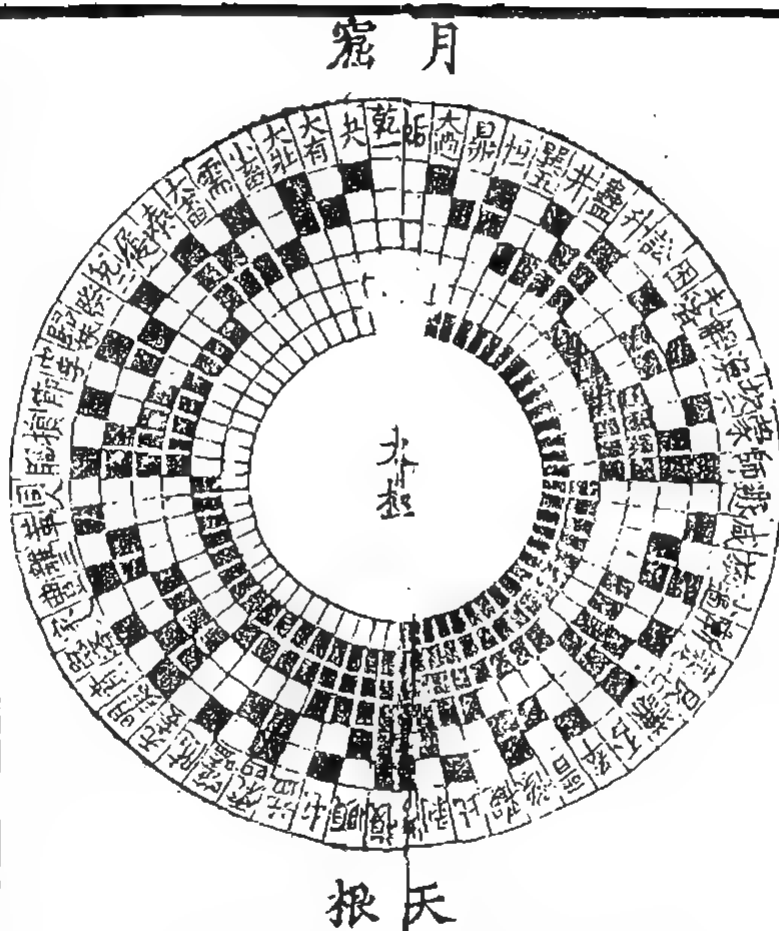
朱紫陽曰太極虛中之象也



先天圖

別傳二

參同契云終坤始復如循環  
邵康節詩云自從會得環中意  
開氣胃中一點無又  
云乾遇巽時觀月窟  
地逢雷處看天根  
天根月窟閑  
來往三十六宮都是春



愚謂月窟在上天根在下往來手月窟天根之間者  
心也何謂三十六宮乾一兌二離三震四巽五坎六  
艮七坤八是也三十六宮都是春謂和氣周流手一  
身也如此則三十六宮不在紙上而在吾身中矣是  
道也邵康節知之朱紫陽知之俗儒不知也





邵康節皇極經世書云先天圖者環中也。

愚謂人之一身。即先天圖也。心居人身之中。猶大極在先天圖之中。朱紫陽謂中間空處是也。圖自復而始。至坤而終。終始相連如環。故謂之環。環中者。六十四卦環於其外。而太極居其中也。在易為太極。在人為心。人知心為太極。則可以語道矣。

又云冬至之後為呼。夏至之後為吸。此天地一歲之呼吸也。

朱紫陽曰天地間只是一氣。自今年冬至到明年冬至。只是一箇呼吸。呼是陽。吸是陰。愚謂冬至後自復而乾屬陽。故以為呼。夏至後自姤而坤屬陰。故以為吸。呼乃氣之出。故屬冬至之後。吸乃氣之入。故屬夏至

至之後大則為天地一歲之呼吸。小則為人身一息之呼吸。參同契云。龍呼於虎。虎吸龍精。又云。呼吸相含育。佇息為夫婦。蓋以呼吸為龍虎。為夫婦。千經萬論。譬喻紛紛。不過呼吸兩字而已矣。

又云。一動一靜。天地之至妙者歟。一動一靜之間。天地人之至妙至妙者歟。

朱紫陽曰。圖之左屬陽。右屬陰。愚謂圖左自復至乾。陽之動也。圖右自姤至坤。陰之靜也。一動一靜之間。乃坤末復初。陰陽之交。在一歲為冬至。在一月為晦朔之間。在一日則亥末子初是也。孟康曰。子之西。亥之東。其中間也。愚謂吾身之乾坤內交。靜極機發。而與天地之機相應。是誠天地人之至妙至妙者也。

又云寂然不動以其無陽。坤之象也。感而遂通天下之故。陽動于中。復之義也。

愚謂寂者。靜之極也。是為純陰之坤。感者。動之初也。是為陽生之復。寂感之間。即一動一靜之間也。

又云無極之前。陰含陽也。有象之後。陽分陰也。

朱紫陽曰。邵子就圖上說循環之意。自姤至坤。是陰含陽。自復至乾。是陽分陰。坤復之間。乃無極。袁機仲曰。朱子謂坤復之間。乃無極。其論察矣。又詩云。忽然夜半一聲雷。萬戶千門次第開。若識無中含有象。許君親見伏羲來。無中含有象。即是坤復之間。無極而太極也。邵子之學。非朱子孰能明之。

又冬至吟云。冬至子之半。天心無改移。一陽初動處。萬

物未生時。玄酒味方淡。大音聲正希。此言如不信。更請問庖犧。又云何者。謂之幾天根理極微。今年初盡處。明日起頭時。此際易得意。其間難下辭。人能知此意。何事不能知。又和魏教授詩云。讀書每到天根處。長懼諸公問極玄。

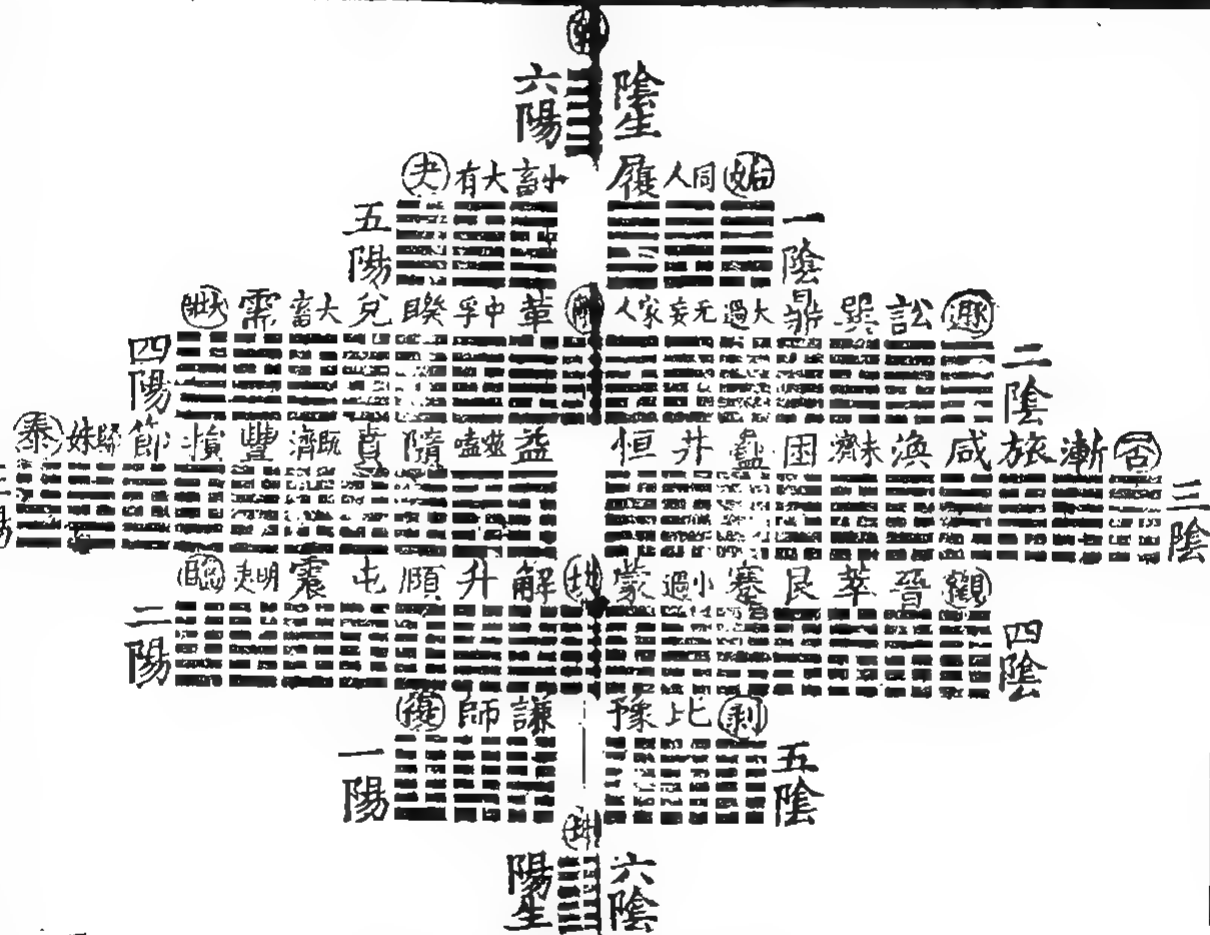
朱紫陽曰。子之半是未成子。方離於亥之時。又曰。一陽初動。觀在貞元之間。愚謂此處正是造化之真機。程伊川曰。若非竊造化之機。安能長生。至哉言乎。又恍惚吟云。恍惚陰陽初變化。氤氲天地乍迴旋。中間此子好光景。安得功夫入語言。

愚謂康節此詩。泄盡天根之極玄。苟非親造恍惚之境。實詣氤氲之域。安知其為極玄哉。



先天六十四卦直圖

別傳五







邵康節皇極經世書云。天地之本。其起於中乎。是以乾坤屢變而不離乎中也。

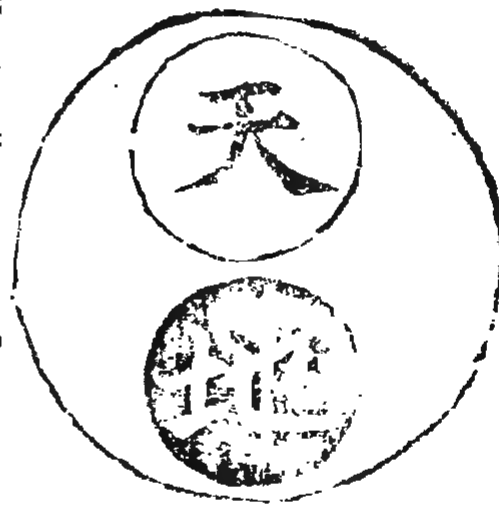
又云。自下而上謂之升。自上而下謂之降。升者生也。降者消也。故陽生於下。陰生於上。是以萬物皆反生也。又云。陰生陽。陽生陰。陰復生陽。陽復生陰。是以循環而無窮也。

又乾坤吟云。道不遠于人。乾坤只在身。誰能天地外。別去覓乾坤。

愚謂乾坤陰陽之純。坎離陰陽之交。乾純陽為天。故居中之上。坤純陰為地。故居中之下。坎陰中含陽為月。離陽中含陰為日。故居乾坤之中。其餘六十卦。自坤中一陽之生。而至五陽。則升之極矣。遂為六陽之

純乾自乾中一陰之生而至五陰則降之極矣。遂為六陰之純坤。一升一降。上下往來。蓋循環而無窮也。天地如此。人身亦如此。子時氣到尾閭。丑寅在腰間。卯辰巳在脊脊。午在泥丸。未申酉在胃膈。戌亥則又歸於腹中。此一日之升降。然也。一息亦然。吸則自下而升于上。呼則自上而降于下。在天則應星。而如斗指子午。在地則應潮。而如月在子午。子午蓋天地之中也。參同契云。合符行中。又云。運移不失中。又云。浮游守規中。人能知吾身之中。以合乎天地之中。則乾坤不在天地。而在吾身矣。吾安得夫圓機之士。而與之言身中之乾坤。而極論身中之中哉。吁。

地承天氣圖

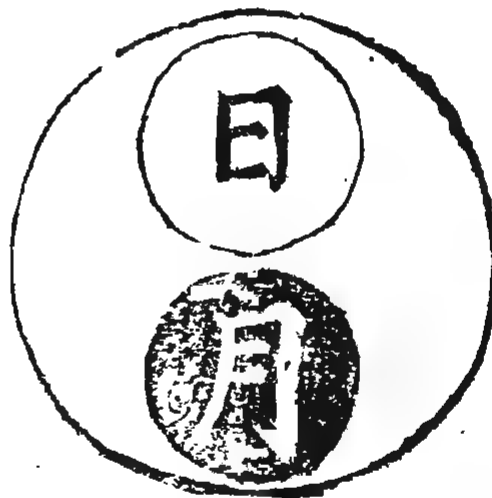


易曰至哉坤元萬物資生乃順承天。

參同契云。恒順地理。承天布宣。

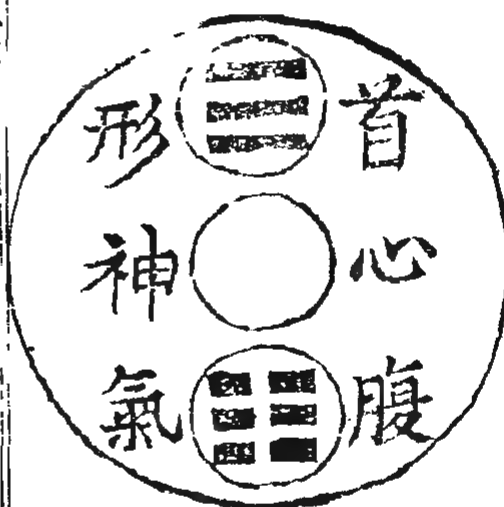
愚謂人之元氣藏於腹。猶萬物藏於坤。神入地中。猶天氣降而至于地。氣與神合。猶地道之承天。天地以此而生物。吾身以此而產藥。太玄經云。藏心于淵。美厥靈根。與此同旨。

月受日光圖



邵康節曰月體本黑。受日之光而白。  
愚謂日為太陽。月為太陰。月本無光。月之光乃日之  
光也。陽明陰暗。陽稟陰受。故太陰受太陽之光。以為  
明。人之心為太陽。氣海猶太陰。心定則神凝。神凝則  
氣聚。人能凝神入於氣中。則氣與神合。與太陰受太  
陽之光無異。

先天卦乾上坤下圖



後天卦離南坎北圖



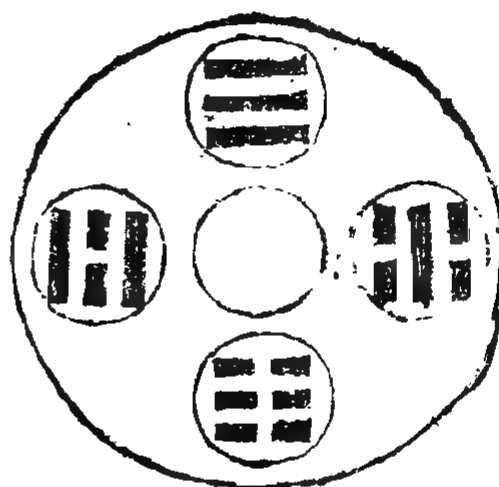
邵康節曰神統於心氣統於腎形統於首形氣交而神主乎其中三才之道也。

愚謂人之一身首乾腹坤而心居其中其位猶三才也。氣統於腎形統於首一上一下本不相交。所以使之交者神也。神運乎中則上下渾融與天地同流。此非三才之道歟。夫神守於腎則靜而藏伏坤之道也。守於首則動而運行乾之道也。藏伏則妙合而凝運。行則周流不息。妙合而凝者藥也。周流不息者火也。陰符經云機在目。

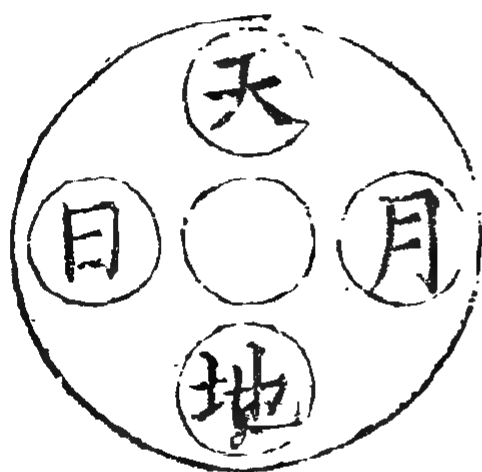
邵康節曰天之神發乎目。人之神發乎目。

愚謂目之所至心亦至焉。故內煉之法以目視鼻以鼻對臍降心火入于氣海。蓋不過片餉功夫而已。

乾坤坎離圖



天地日月圖



易曰乾為天。坤為地。離為日。坎為月。

又曰乾為首。坤為腹。

太玄經云陽氣潜萌于黃宮。

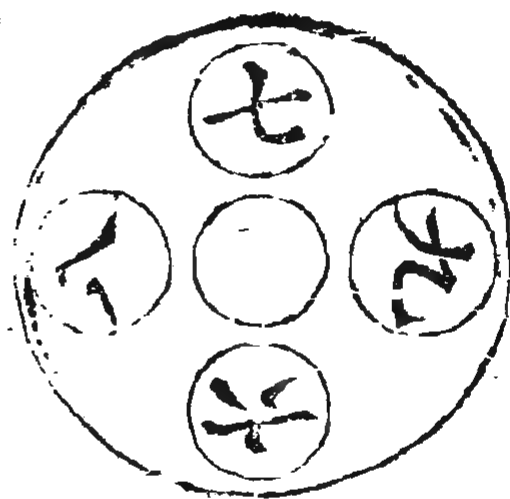
黃庭經云子欲不死修崑崙。

又云出日入月呼吸存。

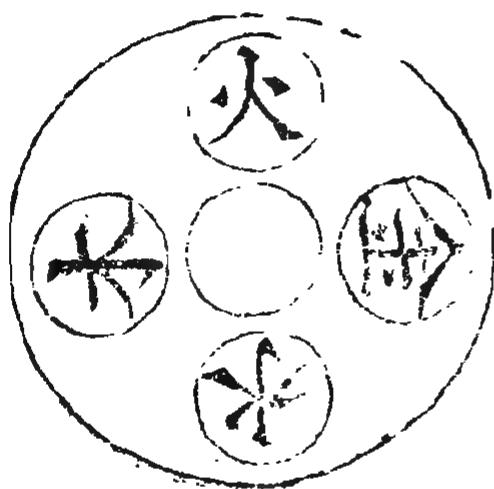
愚謂首居上而圓。諸陽之所會。乾天之象也。故易以乾為首。崑崙在西北乾位。故黃庭經以乾為崑崙。腹居下而中虛。八脉之所歸。坤地之象也。故易以坤為腹。天玄而地黃。故太玄以坤為黃宮。日生于東。月生于西。故易以離為日。坎為月。呼吸出入。升降上下。往來無窮。故黃庭以呼吸為日月。或以兩目為日月。非也。兩目僅有日月之形。無日月之用。



八七九六圖



木火金水圖



列尊

十

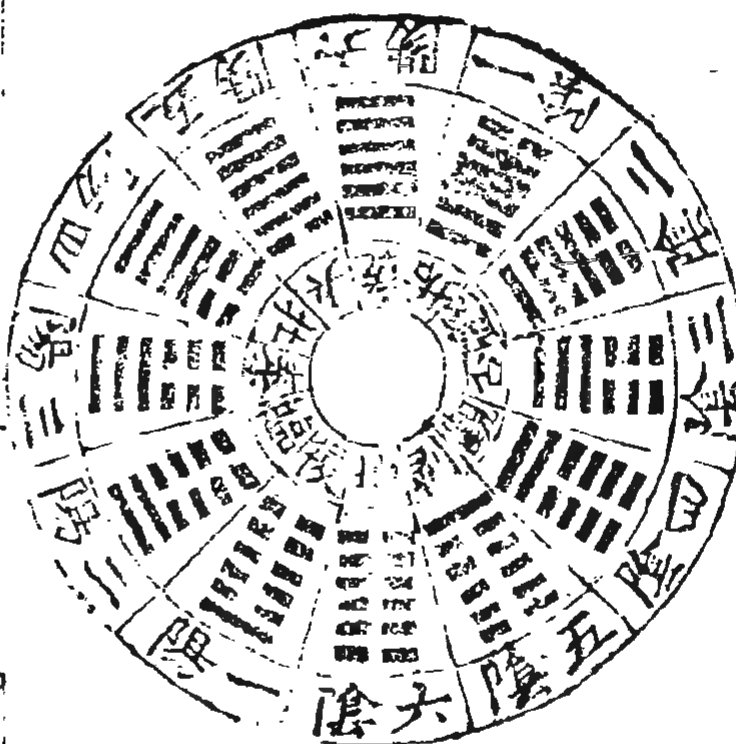
參同契云。九還七返。八歸六居。

又云七八數十五。九六亦相應。

又云金水合處。木火為侶。四者渾沌。列為龍虎。

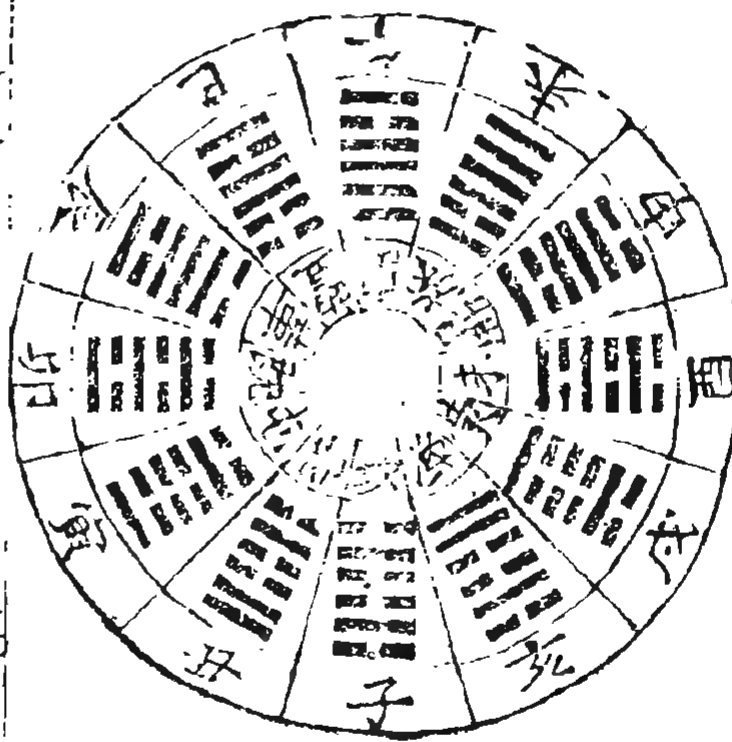
愚謂六七八九。乃水火木金之成數。木數八屬東。火數七屬南。木自東而升。則與火為侶於南矣。金數九屬西。水數六屬北。金自西而降。則與水合處於北矣。丹家有所謂赤龍黑虎者。東方蒼龍。七宿運而之南。則為赤龍。西方白虎。七宿運而之北。則為黑虎。無非譬喻身中之呼吸。窅而言之。何龍虎之有。何金水木火之有。何七八九六之有。皆譬喻耳。或疑九七八言還返。歸六獨言居。得無異乎。曰六居北不動。三方之還返。歸皆聚于北。故言居也。

乾坤交變十二卦循環升降圖



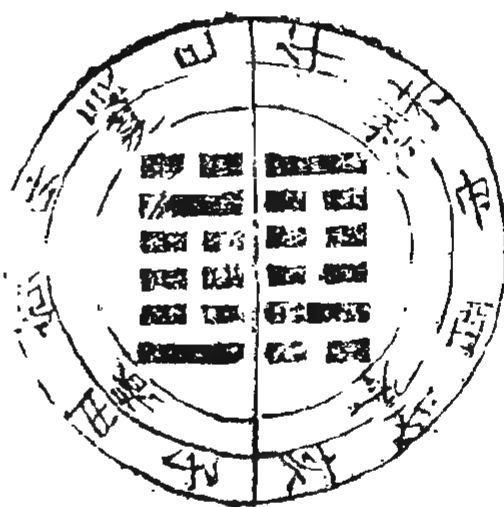
乾上坤下。吾身之天地也。泰左否右。吾身天地之升降也。復非十一月。亦非夜半子時。乃身中之子也。姤非五月。亦非日中午時。乃身中之午也。張悟真云。否泰交。則陰陽或升或降。蓋謂身中之泰否。

坎離交變十二卦循環升降圖

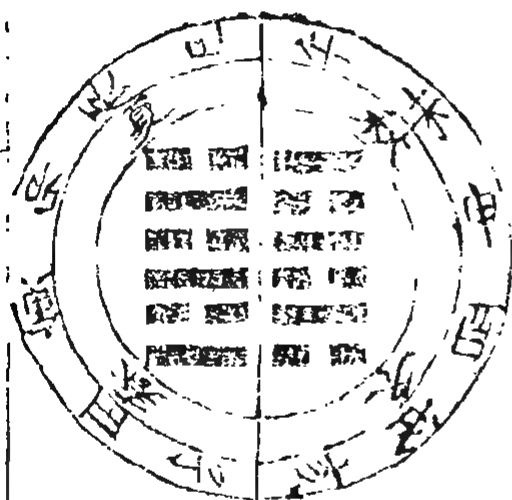


坎北離南。吾身之水。火也。既濟東。未濟西。吾身水火之升降也。屯居寅。蒙居戌。吾身之火候也。寅非平旦。寅乃身中之寅。戌非黃昏。戌乃身中之戌。張悟真曰。屯蒙作動靜。在朝在昏。蓋謂身中之屯蒙。

屯蒙二卦反對一升一降圖



既濟未濟反對一升一降圖



參同契云朔旦屯直事至暮蒙當受晝夜各一卦用之依坎序既未至昧爽終則復更始日辰為期度動靜有早晚春夏據內體從子到辰巳秋冬當外用自午訖戌亥

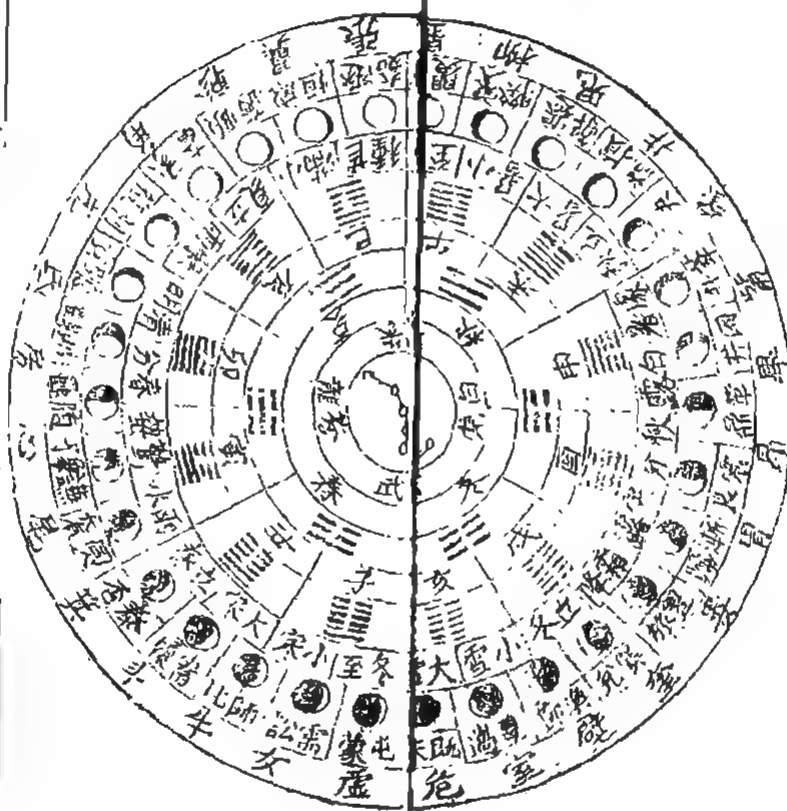
愚謂參同契以乾坤為鼎坎離為藥因以其餘六十卦為火候一日有十二時兩卦計十二爻故日用兩卦朝屯則暮蒙朝需則暮訟以至既濟未濟一也屯倒轉則為蒙有一升一降之象屯自內而升為朝為晝為春夏蒙自外而降為暮為夜為秋冬諸卦皆然夫以六十卦分布為三十日以象一月然遇小盡則當如之何蓋比喻耳非真謂三十日也或以此為閉目數息之法則不勝其煩且勞矣豈至簡至易之道哉



周易參同契金丹鼎器藥物火候萬殊一本之圖

惟斯之妙術兮審諦不誑語  
別傳十三

傳於億世後兮昭然而可考  
煥若星經漢兮昂如水宗海  
思之務令熟兮反覆臆上下



千周繫彬彬兮萬遍將可觀  
神明或告人兮心靈忽自悟  
探端索其緒兮必得其門戶  
天道無適莫兮常傳與賢者  
右係校正彭真一明鏡圖略加增損而成九環。





易曰天行健。君子以自強不息。

胡安定曰。天之形望之其色蒼然。南樞入地下三十六度。北樞出地上三十六度。狀如倚杵。此天之形也。言其用則一晝夜之間。凡行九十餘萬里。夫人之一呼一吸。謂之一息。一息之間。天已行八十餘里。人一晝一夜。而天行九十餘萬里。則天之健用可知矣。又曰。人之神氣。萃之則生。散之則亡。天有剛陽之氣。運行不息。故天体常存也。

愚按。參同契云。關鍵有低昂。周天遂奔走。關鍵謂南北二極。周天謂二十八宿。奔走謂運行也。天形如彈丸。周匝運轉。晝夜不停。其南北兩端。一高一下。乃關鍵也。人身亦然。上有天關。下有地軸。若能迴天關。

轉地軸則上下往來一息一周天也。

愚又按參同契云。循據璇璣升降上下。璇璣斗也。天以斗為機。人以心為機。心運於身中。猶斗運於天中。愚又按陰符經云。觀天之道。執天之行。盡矣。蓋人道與天道一也。人能收視返聽。藏心于淵。馭呼吸之往來。周流不息。則與天道同運。而天行之機。吾得而執之矣。雖然。天之道可以觀。天之行未易執也。孰能執之。唯虛心者能執之。

易曰。君子黃中通理。正位居體。美在其中。而暢於四支。發於事業。美之至也。

徐進齋曰。丹家亦取此義。魏伯陽參同契。謂黃中漸通理。潤澤達肌膚。但作用不同。此為義理存。天

公諸天也。彼為血氣保固。由人私諸已也。

愚謂參同契之說。不過借易道以推明已意。其間引用易中之辭。未必皆取本文之義。蓋易與天地相似。人身亦與天地相似。是故魏伯陽假易以作參同契。黃中指身中之黃道。

易曰不遠復。无祇悔。元吉。

朱紫陽曰老子言治人事天莫若嗇。夫唯嗇是謂早服。早服謂之重積德。被他說得曲盡。早服者言能圖則不遠而復。便在此也。重積德者言先已有所積。復養以嗇。是又加積之也。如脩養者。此身未有所損失。而又加以嗇養。是謂早服而重積。若待其已損而後養。則養之方足以補其所損。不得謂之重積矣。所以

貴早服。早服者。早覺未損而齎之也。如某此身已衰。耗如破屋相似。東扶西倒。雖欲脩養。亦何能有益耶。今年得蔡季通書。說近來深曉養生之理。盡得其法。只是城郭不完。無所施其功也。看來是如此。

愚按。曾至游集仙傳云。周從泗州人也。徐神翁深重之。曰。我少而婚。是人幼得道。其神全。吾不及也。如周從者。其亦老子所謂早服而重積者歟。

愚又按素問云。丈夫八歲。腎氣實。髮長齒更。二八腎氣盛。天癸至。精氣溢。寫陰陽和。故能有子。三八腎氣平均。筋骨致強。故真牙生而長。極四八。筋骨隆盛。肌肉滿壯。五八。腎氣衰。髮墮齒槁。六八。陽氣衰。竭於上。面焦髮鬢須白。七八。肝氣衰。筋不能動。天癸竭。精少。

腎藏衰。形體皆極。八八則齒髮去。又云。上古之人。其知道者。法於陰陽。和於術數。食飲有節。起居有常。不妄作勞。故能形與神俱。而盡終其天年。度百歲乃去。今時之人。不然也。以酒為漿。以妄為常。醉以入房。以欲竭其精。以耗散其真。不知持滿。不時御神。務快其心。溺於生樂。起居無節。故半百而衰也。

愚謂人至于老。則多忘。神昏故也。動則疲倦。氣衰故也。內煉之道。以神氣為本。神昏氣衰。則以何者為本。易曰。水洊至。習坎。

愚按靈樞經云。日行二十八宿。人經脈。上下左右前後。二十八脈。周身十六丈二尺。以應二十八宿。漏水下百刻。以分晝夜。故人一呼。脈再動。氣行三寸。一吸。

脉亦再動氣行三寸。呼吸定息氣行六寸。十息氣行六尺。曰行二分。二百七十息氣行十六丈二尺。氣行交通于中。一周于身。下水二刻。日行二十五分。五百四十息氣行再周于身。下水四刻。日行四十分。二千七百息氣行十周于身。下水二十刻。日行五宿。二十分。一萬三千五百息氣行五十營于身。水下百刻。日行二十八宿。漏水皆盡。脉終矣。凡行八百一十丈也。又云氣之行如水之流。如日月之行不休。故陰脉營其藏。陽脉營其府。如環之無端。莫知其紀。終而復始。愚謂人身氣血常々流通則安。一有壅滯則病。內煉之道。息々相繼如水之洊至。而其流相續則真氣上下灌注亦如水之流通也。

易曰坎為水為月離為火為日。

項平庵曰心以坎為體離為用故心欲虛而澄腎以離為體坎為用故丹田欲實而溫損益皆三陽三陰之離損之火上飛益之火下伏又曰三三離體之火上騰故損三三離體之火下駐故益。

愚謂內煉之道至簡至易唯欲降心火入于丹田耳丹田在臍之後腎之前正居腹中丹家諱言心腎謂心腎非坎離蓋指呼吸為坎離殊不知呼吸乃坎離之用心腎乃坎離之體人之一身心為之主故獨居中腎為之基故獨居下丹家不言心腎而言身心身即腹也腎在其中矣豈可捨腎哉腎屬水心屬火火入水中則水火交媾如晦朔之間日月之合璧。



易曰山澤通氣。又曰二氣感應以相與。

愚按參同契云。自然之所為兮。非有邪偽。道若山澤。氣相蒸兮。與雲而為雨。蓋人身之陰陽。細縕交結于丹田。則升于泥丸。滂然如雲。化為甘澤。陳希夷詩云。倏爾火輪煎地脉。愕然神灑湧山椒。與此同旨。神灑出列子。嘗謂山澤之氣相通。由其虛也。唯虛也。故二氣感應以相與。不虛則窒而不通。安能相與。內煉之道。貴乎心虛。心虛則神凝。神凝則氣聚。氣聚則與雲為雨。與山澤相似。離騷遠遊篇云。道可受兮。不可傳。其小無外兮。其大無垠。毋滑而魂兮。彼將自然。壹氣孔神兮。於中夜存。虛以待之兮。無為之先。朱紫陽注云。蓋廣成子之告黃帝。不過如此。實神仙之要訣也。

易曰。一闔一闢。謂之變。往來不窮。謂之通。

程伊川曰。涵養之道。出入之息者。闔闢之機而已。

又曰。闔闢往來。見之鼻息。

張橫渠曰。人之有息。蓋剛柔相摩。乾坤闔闢之象也。朱紫陽調息箴云。氣血開闔。其妙無窮。誰其尸之。不宰之功。

愚按。參同契云。二用無爻位。周流行六虛。往來既不定。上下亦無常。幽潛淪匿。變化於中。二用九六也。六虛卦之六畫也。以喻一呼一吸。往來上下。久之則神凝息定。所以成變化也。呼則氣出。陽之闔也。吸則氣入。陰之闔也。蓋人身之陰陽。與天地之陰陽相似。若能御呼吸於上下。使之周流不息。則闔闢往來之妙。

盡在吾身中矣。或曰：大有大闔闢，小有小闔闢，一息之闔闢，即一刻之闔闢，一刻之闔闢，即一時之闔闢，一時之闔闢，即一日之闔闢，一日之闔闢，即一月之闔闢，一月之闔闢，即一年之闔闢，以至一世之闔闢，一元之闔闢，萬古之闔闢，其理一也。

易曰：日往則月來，月往則日來，日月相推而明生焉；寒往則暑來，暑往則寒來，寒暑相推而歲成焉。

程伊川曰：易中只是言反復往來上下，愚謂丹家之書，廣譬曲喻，亦只是言反復往來上下，外此皆邪說矣。行非真要自然之道也。

愚按：文子云：流水之不腐，以其逝故也；戶樞之不蠹，以其運故也。文子計然也。周時人，老子之弟子也。人

身氣血亦欲其往來流通。一不流通。小則為癰。大則為癰疽。癰者。節也。癰者。壅也。疽者。阻也。

愚又按子華子云。古之知道者。築壘以防邪。疏源以毓真。深居靜處。不為物撓。動息出入。而與神氣俱。真魄守戒。謹窒其兌。專一不分。真氣乃存。上下灌注。氣乃流通。如水之流。如日月之行。而不休。陰營其巖陽。固其府。源流汙。滿而不溢。沖而不足。夫是之謂久生。子華子程本也。孔子與之傾蓋而語者也。人身氣血往來循環于上下。晝夜不停。猶江河之水相似。人但見江河之水。東流至于海而不竭。殊不知名山大川孔穴皆相通也。豈不見廬山瀑布乎。晝夜傾注不絕何也。水由地中行。蓋往來相循環也。日月之行亦

然。隨天之旋。一出一入。往來不窮。人知吾身自有日月。則往來不窮之妙。只在吾身。而不必索之高遠矣。醫書云。人身有任督二脉。任脉者。起於中極之下。以上毛際。循腹裏。上關元。至咽喉。屬陰脉之海。督脉者。起於下極之腧。並於脊裏。上至風府。入腦上顛。循額至鼻柱。屬陽脉之海。所以謂之任脉者。女子得之以妊養也。謂之督脉者。以其督領經脉之海也。鹿運尾間。蓋能通其督脉者也。龜納鼻息。蓋能通其任脉者也。人能通此二脉。則百脉皆通。黃庭經云。皆在心內。運天經。晝夜存之。自長生。天經乃吾身之黃道。呼吸往來於此。即任督二脉是也。

玄牝之門賦

此上玄下牝之門歟

一竅玄牝。大丹本根。是乃虛无之谷。互為出入之門。設  
鼎器之尊卑。截然對立。渾機關之闔闢。妙以難言。原夫  
神仙立修煉之根基。元氣常周流於上下。鉛爐汞鼎。自  
此而建。玉關金闕。識之者寡。大哉玄牝。不可得而名焉。  
通乎陰陽。是以謂之門也。是曰爐鼎。中藏汞鉛。東接扶  
桑之谷。西通華嶽之巔。據二土之要妙。合二土界兩弦  
之間。平分兩弦。大以無外。小以無內。下焉曰牝。上焉曰  
玄。朱砂鼎。偃月爐。一機密運。復命關。歸根竅。衆妙兼全。  
是門也。陽開陰闔。開闔無窮。日往月來。往來不已。上曰  
天關。中納乾甲。下為地戶。內藏坤竅。無邊無傍。非有形

也。一闔一闢。是為門矣。高卑配合。大矣哉。至矣哉。來去周游。出乎此。入乎此。請言夫此竅何竅。人所同有。非門謂門。世其鮮知。蓋天地常交合於往往來來之際。而神氣每渾融於綿綿續續之時。今此鑿破鴻濛之穴。築成真一之基。以諸辰而論。下牝居子。合八卦而觀。上玄屬離。門焉如是分也。竅則渾而一之。所以紫陽備述罕知之語。不然。老氏曷陳同出之辭。嘗謂冥冥牝戶。深居滄海之間。巍巍玄關。遠在崑崙之上。一陰一陽。黑白可辨。非色非空。丹青難狀。四正於此。布勾般乎子午卯酉。兩曜於此。運攢簇乎晦弦朔望。微哉妙哉。玄牝二字。採之煉之。功夫片餉。是則下藏白虎。為發火之樞機。上有青龍。作騰雲之風浪。噫。傍門小法。惑眾非一。專門名家。以

賢自居。弗解講明於理學。安能契合於仙書。以心腎名  
玄牝。空費存想。以口鼻為玄牝。徒勞呶噓。儻棄邪歸正。  
獲知蹊徑之真也。則造微入妙。豈在門牆之外歟。蓋思  
夫一氣孔神。曷是收藏之根柢。元和內運。孰為交接之  
權輿。抑評之。虎白龍青。奚云黑虎赤龍。玄上牝下。何謂  
左玄右牝。當知水火為侶。木於火內以停蓄。金水同宮。  
金在水中而潛隱。此所謂玄之又玄。妙之又妙者乎。其  
造化講論而無盡。

### 水中金詩

一點明金粟。川源在水中。九還成大藥。片餉顯神功。元  
海陽和動。寒泉氣脉通。須臾為白液。凝結滿黃宮。藏伏  
資坤土。吹噓藉巽風。何當懷此寶。去訪呂仙翁。



右易外別傳一卷

先君子之所著而附於周易集說之後者也。先君子嘗遇隱者以先天圖指示邵子環中之極玄。故是書所著發明邵子之學為多。近刊陰符經解。見損請以是書繕寫同銀諸梓。併沁園春解三書共為一帙。將與四方高士共之。因請摠名之曰玄學正宗云。至正丙申春正月男仲溫百拜謹誌



大易身心性命之學。俞玉吾宣演。此元刊本也。琮之曾記。

道藏精華第十二集之二  
文山遜叟蕭天石主篇

道  
藏  
零  
種

自由出版社印行



明鈔本  
秘笈  
道藏零種  
書目

諸家神品丹法	卷一	……	一一	二四
諸家神品丹法	卷二	……	二五	五二
太清金液神丹經		……	五三	八六
太清石壁記	上	……	八七	一一四
太清石壁記	下	……	一一五	一三四
太清經天師口訣		……	一三五	一六〇
太清修丹秘訣		……	一六一	一七四



諸家神品丹法卷之一

卷一

造黃芽法

取真正山澤銀五兩以鐵鎚打之爲餅圓如日形更以鐵鎚杵之千下以來極實恐水銀入黃芽內藏於埇筭內坐汞三兩即下銀餅入埇筭內去汞上空二寸以來平穩如法以六一泥四圍泥之無縫向上坐水餅子蓋埇筭口而乃陰之向下以三兩炭火不停養晝夜七日爲滿開此水銀並上銀上生黃芽如針形無數俱白銀此名第一轉黃芽又添水銀三兩養七日夜足開看如藥色也又添水銀

三兩養七日足開看其色深黃不得取之迤邐長大如種  
麥苗相似如至七日開爐添汞三兩至七七日足此乃七  
轉添汞都計二十一兩此名紫金黃芽各偏爐內變轉不  
同形色各別得此黃芽名曰還丹之母也其箔內水銀猶  
在蓋上紅如朱色取之可有三二兩亦名子戀母號曰獨  
體朱砂此藥可用牛乳拌蒸過研如粉以棗肉爲丸每日  
空心酒下三丸補下元鎮心安魂定魄治諸風冷等病功  
效頗多不可盡述其面上生者黃芽可取得十二兩以來  
其銀餅子下頑汞三四兩以來不化者緣此汞受炁足所

以不化可於別器收之自有入藥用處其水銀黃芽即可  
爲丹母號爲還丹之母也朱砂者曰日魂水銀黃芽者曰  
月之魄也歌曰聖人奪得造化機手搏日月安爐鼎

### 製丹法

取光明如火大塊朱砂五兩用上好左味三升一時入鐵  
鼎內以帛裹懸胎煮七日夜不得住火若醋乾更添左味  
日足取出朱砂以熱水洗淨用金箔裹徧朱砂研好墨塗  
裹者朱砂重重塗半分厚直須細意塗了微火上煖乾取  
上好金五兩打做合子可受物十五兩以來並不得有損



及薄了又以好墨爲細末雞清調塗合子內半米厚又以  
曾青雄黃代赭石膽礬四味各一分左味研爲泥又塗合  
子內然後取黃芽都研如粉實築合子內令滿可作一竅  
將朱砂裹坐於內如母懷胎安然不動候月滿而生不得  
參差更都用黃芽一時覆蓋了又以合蓋蓋了即用麻皮  
緊纏勿令動轉先且向熱灰中坐出其陰氣取青鹽一斤  
硝四兩都入甘鍋中消之成汁了令冷杵成麵又用上好  
銀一十兩打一大合子可受藥三十兩以來先入鹽硝末  
一半銀合子內築實次坐金合子在中心又以半硝鹽蓋

之合滿亦築令實亦用麻皮纏之以六一泥團團固了厚一寸微火炙乾透掘地坑作爐內安灰爲池了方下合子又以灰壅合頂上先下二兩火養七日後方下四兩火不得着死灰至六十日下六兩火止養至八十一日藥成也勿令雜人見之恐觸忤次出鼎合了坐淺爐中下五斤火煨之通赤即住先焚香啓告後方開合子藥不損胎色光香明淨不可思議如不曾經小火一般此名糝製丹即取朱砂一顆入鐵鍋子內下火燒之當時如油停之更鮮不可名狀即取水銀坐於其鍋內以丹砂爲末糝之其汞立

乾成銀若小竹簫內盛糝此朱砂末坐糖灰中煨之良久亦乾成銀微有黃色未堪便爲服藥却取伏火朱砂去其黑了一時坏之其藥不折也

又

雄黃五兩无夾石鮮明絕上者如箭頭固濟朱砂法金箔一片裹以用好墨塗之拌於朱砂內養二十一日常於灰池內四兩火養之還用黃芽覆蓋如法固濟養之日足出鼎坐淺爐中下五斤火煨通赤去其火冷拆開其雄黃如紫金色取雄黃一顆細研爲末糝汞一兩入小鐺中仍下

三兩火二物所制便乾化爲紫金也若要點銀鍮石茅丹  
陽並爲男石上火不可比量

又

其朱砂五兩已伏火並擇日出用爲服食研如粉煮棗肉  
爲丸每一兩朱砂爲丸一千粒每隨甲子日爲頭服須斷  
肉味大忌房事先須行陰功三年啓告天地發願施慈方  
可服餌常面東嚙液二十四遍了方服丹三粒其上件伏  
火丹砂未研之時先取余甘子二兩漢防己其竹一握並  
細切下入鼎同朱砂煮一伏時取出却入夾絹袋子內盛

懸於井中或井水中浸一七日又用牛乳拌蒸一炊久如此出入毒盡方可丸之若要制汞一兩立乾成寶矣

### 服藥方

常要每年只服一春自甲子日服至六十日滿每日服三粒計一百八十粒一年萬病皆除服之不已其效不可具述如要不食穀每朝常飲冷水些少既得此丹就盛夏取生肉一塊放丹一粒於上經月不壞血轉鮮紅死肉如此況人服之豈不延年乎

又

其伏火雄黃一年可用棗肉爲丸每日空心酒下一粒治一切風冷氣病不過一粒永除若不服食即將雄砂末生鍋子內以銅筋插雄黃作竅坐池中將汞安裏面以微火養一伏時收取黃金鮮明潔潤不可名狀亦名紫金河車河者能度車者能載故曰河車其功不可盡述若要服食出火毒方可服之其朱砂號銀穀子雄黃號金穀子其術先製黃芽頭將爲湧泉其芽有十兩入生汞十兩相混同研少時便成砂子入埧鼎中常以火三兩養之不計日數遠近若要取時便取出消之爲寶又或旋即添汞不

問多少月日倍添之名曰正陽之道如作獨體丹陽便取湧泉一兩點得一片

凡欲製造之時先須白礬鹽一斤汞一斤同研棄去黑暈添湧泉時將此水銀先用溫水洗令淨了方入鼎中其火去藥鼎底常令相控二指許常用火三兩養日夜勿令歇絕其鼎用蓋拍着者最妙勿令損破及有沙縫但體厚者爲妙

### 長壽真人素砂訣

丹砂成塊者四兩青鹽半斤礶砂一兩別研石青鹽爲末

醋拌令浥浥分作四分一停鋪底似砂裁蓮一層上用硃砂一分蓋之次以石鹽蓋了又布砂一重如前布三層外餘一分蓋了按實先以瓦片子蓋合子更用淨磚爐底磚上鋪灰四寸上坐合子更用灰蓋合上周匝各四寸厚須火四兩養七日足冷取去了瓦片却用合蓋蓋了赤石脂泥固口縫濟用六一泥固濟牢密入灰池內以生熟火三斤燬通赤良久退火以灰五升壺待冷取出輕輕取砂看伏火如灰色除却置其砂不折乃第一轉也再用硃砂一兩青鹽半斤二味同研如粉入少水研如糊入前置中



相拌和勻乾濕得所準前布砂鋪藥蓋了不須固濟入灰池三兩火養之每一伏時五六次添火勿令間斷養至七日足冷定取出砂紫色乃佳是第二轉也若只軟脆即將砂研如粉入青鹽少許同研勻用重抄紙裹作一丸以線繫定醋磨細墨厚塗照令徹裏乾坐丸于合內蓋定不固濟上以灰勻蓋三兩火養三伏時用五斤火一上煨通赤冷取出砂丸當如雲色是第三轉成也取砂淘淨去鹽味焙乾用牛乳一合并砂入有節竹筒內緊緊口下懸井中七日取砂瞧乾研如粉煮棗丸如棗豆

大於甲辰日齋潔焚香服一九每日加一九至七日却減  
一九次又減之如此周而復始加減至六十日有效應至  
一年身輕返老至三年顏如童子走及奔馬久服長生齒  
落重生更若能運炁定爲長生神仙如欲點化不須出火  
毒使用之是也

### 換骨留形降雪丹

孟要甫親驗予患腎臟風下痺痔疾二十餘年服此丹一  
月其疾頓愈服經百日三尸俱下行如奔馬面目有光齒  
髮再換顏如室女神效不可具述如要點化一粒伏汞三

兩立成至寶矣

### 修丹製法

辰錦砂四兩銀器內用百花密煮七日夜足取出以松蘿末一十兩好真密搜拌如濕香狀合子內先鋪底次將砂如蓮栽之更用一半蓋之按定六一泥固合子候乾入灰池中四兩火養三伏時候冷取出將砂子洗淨逐塊用金箔裹了後取石中黃半斤擣爲細末將一半入銀合內鋪底按實將砂栽之又一半石黃末蓋滿按實醋調赤石脂固合口縫却入一大鼎內用金色雲母粉作匱固濟了入

灰池內一斤火養三七日待冷取出如金色如服食以絹夾袋盛懸井中離水一尺許經宿取出細研爲粉用生黃精自然汁銀器內熬成膏子和丸如菉豆大每日空心并花水吞下一粒若點化不去火毒將丹一粒與汞三兩入鉚內以盞蓋蓋定周回濕紙四重固濟勿泄炁坐灰池內以火養之成寶若作黃又用雄黃一两佛頭青一两同伏火丹砂一處爲末却入前匱子中固濟了亦入外匱固濟灰池中一斤火養三七日足以一稱火煨之候冷取出如紫金色其銀合緣着丹氣亦化爲黃物以此丹點汞乾成

上等黃金秘之秘之

赤雲流珠丹法

取通明透徹雄黃一斤搗篩訖以苦酒拌令溼二日乾又拌如是十遍止與白鹽末拌和又以塩覆固濟一日夜後以微火炙乾漸加火不可猛更一日一夜即加猛火令其下釜旦暮與火同色不得暫時令火力微弱如此燒三晝夜止寒之一伏時開取上釜藥精更微研之下釜餘滓亦搗與藥相和飯拌令溼溼依前布置文武火亦如前法燒之藥成煥然輝赤並作垂珠色絲之狀又似結網張羅之

勢光彩鮮明耀人目睛見之者不覺心神驚駭若有卒患  
及垂死欲絕及已絕者以藥細研之可三四麻子大雞子  
黃滴灌之藥入口即扶頭少頃即差小小瘡疾入口即愈  
神驗不可具述但恨无人造次解修鍊用之作金

### 碧丹砂變金粟子法

治一切風疾延壽駐顏治萬病兼化寶用黃丹白土瓦末  
等鹽醋和作硬泥搏蠟為毬子樣作胎將搏毬子上不得  
有微隙陰乾開一孔子燒去蠟胎即用好光明辰砂研為  
細末以硬紙卷裹砂灌入毬子內用蚯蚓泥固濟孔竅待

乾別打鐵環一箇作如此樣<sup>⊙</sup>將藥毬子嵌在鐵環中安於鼎中關定周回上下皆虛取鉛銷汁入鼎中其上可二寸以來即糠火養之勿教冷鉛銷為候如此一百二十日加火取出更於地上以火煨過候冷出之其藥如青紫螺子揀取黑末不中用者分藥一半以青竹筩貯固濟訖用乳蒸五遍三度換乳乳皮可療黥黯取出入地坑中埋三宿開出細研如粉粟米飯為丸如粟粒大四十者服一丸五十者服二丸六十者服三丸不得多服治一切風疾延齡駐顏將餘者細丹末入於甘鍋中用好礬石一兩別作

未上下鋪蓋固濟了當候乾入灰中養四十九日大火煨候冷開合皆成金粟子取鼠尾一寫成提取鎗石三兩用半分真庚先於耳鍋鎔成汁下三四粒金粟化為真西方也前毬子孔須向上安在鉛鼎之中下火養之也

### 化庚粉法

用上好庚一十兩汞五十兩貯於磁罐內常用火煖將庚燒令赤投汞中以柳篦子攪化庚盡用鹽花三斤與金泥同研細入大鐺中勻平上用盆子勘蓋定泥固濟周圍令密慢火煨之令汞飛上盆子以汞飛盡為度次用前水沃淘



鹽味盡將度庚粉放盤內日曝乾後細研入在藥用雄黃  
若雞冠者八兩葉子雌黃八兩戎鹽四兩金粉十兩金粟  
五兩右五味令合研如粉別換鼎合亦依前法仍用米醋  
磨香墨勻塗合內將藥入合文武火逼令藥作汁硝石四  
兩細研如粉安在合內實填以麵糊紙封定合口以蓋蓋  
定固濟乾亦依前入鼎關定灌鉛汁合子上二寸以來選  
成日夜半子時起火初六兩日加一兩至六十日滿足候  
冷以鑿鑿開去鉛取合其藥如紫金色每一分於乳鉢內  
研細可制汞一斤立成金也非常人所得是神仙秘授若

於助道須知足矣

卷庚

綠礬一兩白礬五錢鹽三錢焰硝八錢同爲細末用甘泥捏成槽子將造成釵畢於水內濕過前藥內滾勻放槽子內上火燒藥却取出於水盆內蘸如此五次爲上色寶也

太虛靈砂丹

洞玄集云修煉九轉金液龍虎大丹抱朴子葛公翁曰太清神丹法出自元君元君即老君師也天神之大者也能和陰陽役使風雨驟駕雲龍天上神仙悉皆隸焉猶言吾

今學道亦因服丹之所致也上士得之身爲天官中士得之身棲岩菴下士得之長生世間愚民不信謂之虛言以朝至暮但求死之事而人自不求生豈天能強生爾乎凡人唯貪美食好衣聲色富貴而已縱情恣慾輕命奄歿之徒慎無以金丹之言告之令其笑道謗真丹經不得高人勿傳遇篤信者可以傳授人告門人曰余按黃帝九鼎神丹經黃帝服之昇仙又云呼吸導引草木之藥但可延年治病未免於死若人至心服食神丹令人壽命無窮與天地相畢乘雲駕龍上升太清以此神丹故耳易玄子戒之

曰此道至重必授賢者苟非其人雖積金如山慎勿以此  
言告之若無仙骨者亦不可令知此也若令不信道人知  
之非誇神丹丹即不成倘有仙骨篤信丹道既丹成之後  
可舉家飛仙世人不信神丹反信草木之藥且草木埋之  
即朽人服之豈能長久丹砂者是長生之物煅煉之人服  
之豈不延命乎世間兆姓蠢蠢唯貪富貴恣情縱慾求死  
而已豈知修真之流身寓世間志超物表克己盟心期於  
必得若味道君子有志於斯者同暢玄風不亦美歟

孫真人丹經內五金八石章

五金朱砂水銀雄黃雌黃硫八石曾青空青石膽砒霜礬  
砂白鹽白礬牙硝五金逢汞死八石遇硝亡朱砂白上黃  
雌黃三物名曰有性之物用處不同僧溪黃石亭脂甜硫  
黃三物名異體同若炬火者善點銀變赤汞成大寶

諸家神品丹法卷之二

馨二

五金

朱砂部

朱砂者能水能火取上好真朱砂八兩用光滑新磁器內  
盒之使濕土築磁器楞上勿令走煙取水銀八兩海馬五  
箇杵爲末與前件朱砂水銀和勻停次取上好赤堇苗曬  
半乾濕用火燒灰入瓦甕內下水淋汁用生鐵釜竈底上  
霜鋪底蓋頂於磁器內用文武火燒令磁器漸熱次發大  
火煨次鎔作汁取出成白朱砂置鼎安爐用前丹經內法

秤斤兩分銖依陰陽位次加減循環依易象參同契四時  
八節二十四炁七十二候年月日時內象炁候不得分毫  
差錯溫溫包養如雞抱卵至一百二十日取出研爲細末  
川半夏汁爲丸如黍米大人食一粒可延三百歲食十粒  
延三千歲功轉在腸名神符白雪丹善轉血爲乳若遇至  
人指玄北真一之氣但能定胎存神者三年必可上昇矣  
丹藥功轉內各依乾坤節令无錯四時之功是初轉之理  
也蓋世間山澤銀金石類用藥點之立變爲至寶若取丹  
藥制水銀必死之點白爲寶可令一處勾五六十下下金

成上色至寶此藥大丹中號曰神符白雲上士輕財重命  
下士重財輕命此藥非上士勿傳

### 雄黃部

雄黃者出武都山行金木二氣取上好紫紅色雞冠雄黃  
研爲細末以好穀明成者綠礬及紫金龍芽霜好酸菜苗  
亦名赤堇先將七等物於新磁缸子內鋪底入藥在內次  
蓋頂用文武火燒漸漸添之次發大火煙成汗取出頂在  
石上放三日如紅色金次置於磁缸子內用糠火養九日  
取出又用山澤銀銷作金汁用藥點之立變成寶萬十成



金也

雌黃部

雌黃者出武都山亦行金木二氣取上好薤葉子雌黃金色者研爲細末以上好光明綠礬益母草亦烏壽龍茅草燒灰淋汁煎成霜膏用新磁缸內鋪底入藥在內次蓋頂用文武火燒漸漸加火次發大火煨斷煙成汗可點上好山澤銀成至寶矣

硫黃部

硫黃者用甜硫黃或僧溪黃石亭脂三物名異體同用上

好光明成核綠礬或用赤堇菜燒灰淋煎成霜新磁缸內鋪底入藥蓋頂以文武火燒漸加大火煨斷煙成汁亦點銀成寶

### 白上黃部

白上黃者出上黨山頭其色紅粉之狀次用上好朱砂透明如水晶五金中爲首取上好赤堇灰紫金龍芽黃芩燒灰淋汁煎成霜用新磁缸鋪底入藥蓋頂以文武火漸漸加大火煨斷煙成汁可點生鐵銅成寶制水銀亦成寶

八石

曾青部

曾青者出泰山頂上色如青碧新如青黃子形狀似此  
研爲細末用法製焰硝於磁缸子內鋪底入藥次蓋頂用  
文武火漸漸加火煙斷成汁點黑銀爲寶

空青部

空青者出泰山頂上如青黃色光明如水晶之狀研爲細  
末用法製焰硝烏壽龍茅草燒灰淋汁煎成霜於新磁缸  
內鋪底入藥蓋頂用文武火漸添之大火煅煙盡成汁點

銅鐵成寶

石膽部

石膽者出蒲州界上似玻璃色光明細研爲末用法製焰硝或鳳尾龍芽草燒灰淋汁煎成霜於新磁缸內鋪底入藥蓋頂用文武火燒漸添火煨斷煙成汁點山澤高麗銅立成至寶

砒霜部

砒霜者出信州界上好黃類白者用之研爲細末以法製焰硝或益母草燒灰淋汁煎霜於新磁缸子內鋪底入藥

蓋頂以火燒之漸添火次加大火斷煙成汁點鍮石成銀及點諸物皆可用之

### 硃砂部

硃砂者上好成核明淨者研爲細末用牡蠣或鳳尾龍芽草燒灰淋汁煎霜於新磁缸子內鋪底入藥蓋頂以文武火燒之漸加大火煨煙絕成汁善能除貓銀青黑暈及點銀

### 鹽部

用上好光明天生結硬鹽研爲細末以羚羊角錯爲末或

鳳尾龍芽草燒灰淋汁煎成霜次用益母草研爲細末於新磁缸子內鋪底入藥蓋頂用文武火燒漸加大火煙斷成汁能治眼昏及翻胃病蓋利內毒大能去貓銀赤暈

### 白礬部

上好白礬研爲細末用五方龍芽草對節龍芽草燒灰淋汁煎成霜鋪底入藥蓋頂用文武火燒漸漸加大火燒斷煙成汁能去貓銀黑赤青暈

### 馬牙硝部

上好明淨者研爲細末葛子末及鳳尾龍芽草法製焰硝

燒灰淋汁煎成霜用新磁缸子鋪底入藥蓋頂用文武火燒漸漸加大火煨煙斷成汁善能去猶銀青黑暈

夫五金八石者是天地五星五岳五行人之五臟以應五金八石者八卦也若能制之善能點化服餌可以延年耐寒暑五金八石法製黃白及點化諸物

### 伏製五金法伏製朱砂爲首

葛仙翁紫霄丹經內草伏朱砂法

顆塊朱砂不以多少酌量用羊肚結草收取曬乾亦不拘多少通研爲末於磁合內先下末一半以來中心安砂子

又以末一半蓋實填之固密用三五斤炭火煨之取勻庚  
用之

### 伏朱砂成銀法

白礬末二兩硝石末一錢金翅少許朱砂一兩右件藥爲  
末於香匙上先鎔鵬砂一兩半生半熟研如粉方入諸藥  
末一研入茶椀內慢火熬再研如粉將砂子逐塊於口中  
含過用藥末塗將一兩半山澤銀打兩箇圓葉子先用一  
葉子於定磁合子內襯底安朱砂塊子更用銀碎如大麥  
許於其間後用一葉子蓋之更着銀實填以六一泥固濟



綿密候乾先文後武火煨通赤爲度冷取出於華池坯之  
成寶

### 伏白朱砂法

苴女草甘遂續隨子萵苣等分右都爲末於合子內先下  
草末一錢次安砂後蓋頭填實蓋文武火養一伏時

### 伏朱砂法

銀末五兩好朱砂五兩金箔八片右以定磁合子內先下  
金箔四片次下銀末一錢後安朱砂在中又以銀末一重  
朱砂一重相次重重鋪盡又以鉛末礪粉填實牢固固濟

候乾蓋頂以火四兩養三七日成

### 草朱砂法

地膽草章柳大戰芍藥剪刀草馬齒草已上用草藥青苗各等分都搗如泥入砂在中固濟綿密候乾以二三十斤炭火煨之成汁

### 草伏朱砂法

馬齒五方草去根用右以砂三兩入磁合子內先鋪草次安砂子又以草蓋頂固濟火煨之

### 伏朱砂法

朱砂一兩白礬一兩先鋪礬一半於銚子內消爲汁次安砂又以一半礬蓋之直候安排盡以火煨之通赤爲度

### 伏朱庚法

上好神錦砂半斤黃礬石膽雞冠雄黃硃砂各半兩右都研如粉米醋和如泥入磁鍋中煮微沸使得煮十日已上試不去即得如未住再煮以伏火爲度糯米飯爲丸如桐子大匳汞一兩於器物中以一粒納汞中四兩火養一茶時成寶

### 鍊伏朱砂爲至寶藥法

右用好砂一兩如骰子大者以庚箔一重裹入磁合子以九轉伏火青鹽末爲匱鋪底蓋頂實填築了上更入牡蠣粉蓋勻平固濟如法先用火一兩自辰時養至午時加火三斤煨赤放冷取出開合先去牡蠣後取砂以伏火也不易胎色爲匱去了火毒堪服食用蜜爲丸如麻子大服食益壽如再用合子將砂以金箔或銀箔裹之用火養二十一日養足成寶金箔裹成庚銀箔裹成銀

### 九轉伏水銀朱砂法

用上好朱砂五兩於背陰古牆上採苔衣不以多少曬乾

爲麤末將砂研如粉入在通油合子內以苔衣末鋪底蓋頂以地龍糞鹽末和如泥固濟合子一指厚候乾坐在磚上以火一斤煨赤冷取出作塊子其色紫紅再研如粉依前法燒之其色加倍勿慳至後却變紫紅色光明如鏡照人依法燒之至九次堪服食益壽此九轉朱砂匱也

丁先生寶鍋子伏朱砂法

上好朱砂五兩研如粉階州石鹽末一兩鳳翔東門外秦土二兩令研如粉右別用塹土作一鍋子胎削令作甘鍋子形狀務令光滑仍將紫桿蒿苳并莖葉杵絞自然汁和

前鹽末秦土攪令勻硬軟得所於鍋胎子上裹捻爲井鍋  
子可厚五分以來或不堅實更入紙和杵令勻熟再作之  
取了胎子以微火煬煖令透乾入朱砂於鍋口上齊剪紫  
桿蒿苕莖一束子勘鍋子口令塞實勿令走氣上可存一  
半以來其束子用線扎定用磚一箇中心鑿一小坑子可  
坐得鍋子令平穩簇火一煨令通赤煙絕良久去火冷取  
出其砂如琥珀色形狀光明照人堪服食益壽如要作匱  
准前法燒三五度轉轉光明體重神功不可盡述匱伏諸  
般石藥一一成就如意唯三黃不易胎包燒時常用火二

斤已上爲准

曾獻金吾使王令公

孫真人丹經內諸伏朱砂法

石中黃伏朱砂法

朱砂四兩石苗一斤右二件細末入砂合子內或磁合子  
約一半許按實立一木胎子用石黃周回按實取去木胎  
將朱砂以水微濕了入礪砂內滾訖入石中黃令滿又用  
石黃蓋頭周濟令乾入一二尺深地坑內用乾馬糞填令  
滿燒二七日將糞旋添之勿令火候間斷日足就上用三

斤火煨盡為度候冷取出色如桃花作汁成寶任意用之

### 伏火朱砂法

朱砂顆塊者不以多少右先將紫皮蒜研如泥於新甘鍋內塗勻厚一指許用枸杞葉鋪底將朱砂用蒜泥拌勻入於鍋子內上用枸杞葉蓋又用蒜泥按實瓦片蓋了固濟口縫用赤脂塗上用紙筋鹽泥固濟通身一指厚候陰乾入灰池內文武火養一伏時後用十斤火煨盡為度冷取出將砂子於火上燒候紅入鹽水淬之以色為度伏火矣如咬着碎散准前法固濟再燒五斤火即成也



伏火白朱砂法

川椒二兩水一升煎至半升放冷銀箔一兩末汞四錢同  
椒杵成泥用生絹裂出汞泥相度朱砂顆塊多少大小作  
餅子一兩塊於口內爛嚼丁香七箇將朱砂口內度過以  
汞泥餅子兩箇夾定裹合令厚薄得所爲佳再用官桂白  
附瓦松川椒荷葉各等分爲末捺半在合子作窩安砂餅  
如要服食即使黃丹一錢許厚上放砂子又以黃丹一錢  
厚蓋之却令藥蓋滿合醋和赤石脂末固濟口縫鹽泥固  
濟半秤炭火煨作白朱砂不用丹

### 煑朱砂成寶法

右用莖箕草五葉酸顆塊朱砂三味各一兩用絹袋盛裹了纏綿袋子米醋內半蘸過入鐵器內用米醋半斤水二升木芙蓉枝葉共二兩同煎一伏時慢火爲妙取出控乾揀擇朱砂餘藥不用

### 又鍊砂法

以砂三兩甌內鎔成汁慢火爲妙次下煑極沸定潑在地  
上拾之將朱砂再入甘鍋子內煑成汁瀉入麤槽中成銀  
矣

張子厚草見寶丹術

第一煮法

羊蹄根地丁酉草地膽草益母草石五味各二兩爲麤末  
用河水一斗五升將光明辰砂八兩不用細碎及夾石者  
同藥於銀石器內懸胎煮一伏時常令魚眼沸湯如耗旋  
添不妨煮畢用河水洗淨

第二煨法并養火候

松蘿地榆白花菜陰地蕨石四味各二兩爲末用生蜜拌  
和如濕香相似三停中將一停鋪底安砂於其上如蓮子

樣安頓不令相着用藥蓋隔之再如此安砂一重用藥一重至於砂藥蓋盡爲度蓋頭按實以醋調赤石脂固濟口縫又用六一泥徧身固濟一指厚直待陰乾勿令有縫有即用泔合用醋調草灰蓋三指厚按實先下炭五斤從頂發火煨過一半再添炭五斤又過一半又添五斤直候過至半已來將一淨盆覆之經宿取出底砂別入一淨砂合子用赤石脂泥縫口安於一小小瓦甕內仍用一鐵具三脚子閣起用紙錢灰埋之合子上約灰及四指厚於子午二時添熟火四兩如此養二七日方大火煨赤不走真伏

火矣如欲服食研爲細末以半夏糊爲丸如桐子空心溫水下如欲點化及作匱須一次煮三次換藥煨依前法添火每點化用楮汁爲丸每兩十九每丸點銅一兩成寶如匱將三錢銀七錢汞碾爲砂子分作十九將水煨了者砂八兩爲麤末將一半鋪底蓋頭如法安頓三七母砂子及火候之類並依初養砂子法第一次養二十一日一次減一日至於火力壯盛只養一伏時便成至寶此乃長生匱

玄真子參同錄內半兩錢伏朱砂法

半兩錢不以多少逐一於火上燒通赤以醋內投之然後

用硫黃末先以將錢溫水濕過蘸硫黃末徧鋪在合子內  
更以硫黃末蓋訖固濟候乾蓋頂以火四兩養三日一煨  
通赤冷取出細研却栽朱砂依前伏火候養收爲匱其伏  
火過朱砂只增生砂唯多爲妙若毋砂子極佳

### 伏火朱砂法

用竹圍入合子內鋪蓋固濟大火煨通赤候冷取不養砒  
霜二兩粉霜半兩寒水石一兩晉礬一兩硝一分右另研  
如粉入小瓶內以黑紙隔出却入一大瓶中周匝以石灰  
填之如此不限度數直待聲盡漸去其火冷取出如玉一塊

也每用皂子大一塊點茆一兩用柳枝攪傾出成寶

### 甘草匱朱砂法

甘草八兩並要緊實者爲細末朱砂二兩半爲細末右將甘草末於磁合子內布少許約厚三分已來後布朱砂末上又布甘草末如前布砂重重相間布盡砂末以甘草末約三五分蓋頭後於合子內周回以紙泥固濟仍用鐵線子絡定方以紙泥固濟如毡子相似掘一地坑子令寬用碎火周回壅合子更着碎糠於碎灰上用炭火一秤已來燒通赤後欲移時即住火取出合子內並不着物燒只依

前法固濟合子着碎火糠似前火法燒之一度冷取出  
便伏火矣宜入甘鍋合子沉於井底出火毒一伏時將朱  
砂細研糯米粥爲丸豌豆大隻日服一丸如要點化不出  
火毒依前入匱至九轉其功神妙

諸家神品丹法卷之二





太清金液神丹經卷中

興一

正乙天師張道陵序

夫玄虛之號。既不知其名。而字之曰道。道之為言。猶覺悟也。有一夕之寢者。則有一旦之覺矣。且論大夢。然後有大寤。寤夢之極。其可略言乎。戀生謂之弱。歛死謂之樂。無樂無所樂。有不足有。有戀則甚惑。樂無亦未達。達觀無忘。同歸於玄。既曰無忘。又忘其所忘。心志泯於無有。神精凝於重玄。此窮理盡性者之所體也。猶陶埴之士。潛為不疾之塗。寂然以應萬感之求。散迹以乘幽明之微。故不可成。

之於一象。徵之於一名也。皇王之號。已不一矣。道與堯孔  
奚所疑哉。直教有內外。故理有深淺耳。求之形骸。則有鱗  
身四乳。重瞳彩眉之異。縉雲生而能言。坐朝百靈。享國征  
伐。則乘雲氣而驅虎豹。獸世昇遐。則御飛龍而落六合。顧  
視赤縣之內。爭讓俯仰之事。擾擾乎不猶嬰兒戲於一庑  
哉。復有懸梳空同之上。無慮之客。順風而從之。相與談乎  
營神之道。此大經世治亂之言。則有精粗宿賢之間。髣髴  
其戶牖。未究其房奧矣。若夫神化之趣。要妙之言。無理之  
至理。不然之大然。已備載於玄宗。非一毫之所宣也。老君

者。亦復囑其玄虛。紀其道者也。其神德之狀。感興所由。所以制經設教。紀載異聞。彌綸道俗。剖判三極。先大明順逆。然後蕩以兼忘。盛稱有德。然後統之以無待。利用出入。羣生莫見其端。百姓日用。常善不知所由。此其所權。見於清明。而為萬物津梁者也。其道經焉。其德經焉。推宗明本。窮玄極妙。總衆枝以真根。攝萬條於一要。緬然而不絕矣。光而不耀。既洞明於至道。又俯弘於世教。其為辭也。深而不淡。遠而可味。磊落高宗。恢廓宏致。煒寂觀三一之樂。標鏡營六九之位。閉氣長息。以爭三辰之年。胎養五物。以要靈真。

之致。冷若惠風之叩瓊林。煥若辰景之暉寶肆。其叙事也。廣大悉備。曲成無遺。初若森聳。終則希夷。陶群象於玄鑪。領萬殊於一歸。其取類也。辨而不枝。博而不雜。若微而顯。若平而合。恢詭喪奇於大方。幽隔忘異而自納。大哉妙唱。可謂神矣。言理之極。弗可尚也。至於金丹之功。玄神洞高。冥體幽變。龍化靈照。其含枯絕者反生。挹生氣者年遼。登景漢以凌邁。遊雲嶺以逍遙。至乃面身玉光。生育奇毛。吐水漱火。無翻而飛。分形萬變。恣意所為。塞江川不以覆簾。破山梁不煩斧斤。叱吒則雲雨翳冥。指麾則叢林可移。其

神難紀。其妙巨遺。大哉靈要。不可具述。道陵後生不達。未  
接高會。漂浪無涯。遂迄千載。神師東祀。拯我險津。越自困  
蒙。仰闢玄路。坦然無閉。而不可開。非不可開。弗能開矣。諸  
弟子審視玄根。攬枝其捷鑰焉。弟子趙昇王長乃顧景撫  
心慨愧。交集靈鑒。罔極乃造淵人玄朗。內鏡卓然。先拔鎖  
研所通。殆則上聖之奧。側聞其義。輒傍以為解。復變其管  
闡志諸所見。標較高旨。而斟酌之。為注焉。一叙云。先大。明。順。  
逆。然後蕩以兼忘者。為人捫生耳。違生則逆。養生則順。得  
順者則不安。其逆得逆者則不詳。其順是謂死生之途理。

異得一之限兼忘之忘各忘其所忘猶井魚不樂為海鱗

林獸不樂為牛馬各受生而別天稟異自隔也叙云盛稱

58

有德然後統以無待者是老君行氣導引嚔吸太和之液也盛稱吸必得氣統虛微而吐納津塗滑利無待無害出玄入玄呼吸無間具有身神不使去人也叙云利用出入群生莫見其端百姓日用常善不知所由此其權見於清明而為萬物津梁也夫利用者神氣也神氣日為尸骸之用而群生莫識神氣之端神氣日為四體之用而愚俗不知須神氣而生人不可須臾無氣而不可俯仰失神失神

則五藏潰壞失氣則顛蹙而亡尸得氣則生骸得氣則全  
氣之與神相隨而行神之與氣常相宗為強神去則氣亡  
氣逝則身喪百姓皆知畏死而樂生而不知生活之功在  
於神氣是以數凶其心而犯其氣屢淫其神而凋其命不  
愛其靜而不守其真者固不免於厄殘既莫期年壽更為  
權見於清明清明者日月之光也既權睹日月而長流而  
莫不生禍跡於萬物萬物微其有得失之咎而後生必有  
津梁之閑其禍必兆其對互生明人不可以不惜精守氣  
以要久延之視和愛育物以為枝葉之福矣叙云煇寂觀



三一之樂標鏡營大九之位閉虛長息以爭三辰之年胎  
養五物以要靈真之致夫三一者腦心臍三處也上一泥  
丸君在頭中中一絳宮君在心中下一丹田君在臍中存  
之則煒燁於三府忽之則幽寂於一身好生者存之為樂  
亡身者廢之為歡是故煒燁寂觀三一之樂矣按仙經云  
子欲長生三一當明道正在於此從夜半至日中為生氣  
日中至夜半為死氣常以生氣時正偃卧冥目握固閉氣  
息於心中數至二百乃口吐之日日增數如此身神具五  
藏安能閉氣數至二百五十即絳宮神守泥丸常滿丹田

充盛數至三百華蓋明耳目聰舉身無病邪氣不復干玉  
女來為使令長生無極也標鏡營六九之位也六謂吐納  
御於六氣九者九丹之品號太真王夫人已具記之焉老  
君云從朝至暮常習不息即長生也凡行氣法者內氣有  
一吐氣有六也云內氣一者謂吸也吐氣者謂吹呵嘻呵  
噓咽皆出氣也凡人之息一呼一吸夫欲為長息宜長也  
息氣之法時寒可吹時溫可呼吹以去寒呵以去熱嘻以  
去病又以去風咽以去煩又以下氣噓以散滯咽以解極  
凡人極者則多噓咽道家行氣不欲噓咽噓咽者長息之

志能適六氣位為天仙營自然神氣者謂標提九丹之位也謂之鏡鏡標在於丹經氣存年命遐而不墜矣叙云閉噓長息以爭三辰之年若此言皆行氣也夫行氣之法先安其身去諸忿怒寫諸愁憂而和其氣不與意爭若不和且止須體和乃為之常守勿倦氣至則形安形安則和息和息則清氣未至清氣未至則自覺長息形熱則虛口閉中而自耳香滋液既多五藏長存長存則壽與天地三光比年矣胎養五物以要靈真之致者又是胎食導氣也胎食之法平旦漱口中之水而嚥取飽而已亦長生也既飽

而生則五藏自靈靈真之致意在於此仙經曰玉池清水  
灌靈根子能修之可長生口為玉池太和官液為清水美  
且鮮所謂飲食自然者也夫養生唯氣與丹經叙婉妙幽  
而難論昔聞師教今述之焉至於空同之辨叙明道德玄  
真且已陳之於既往非湏用之要言固不煩復一二注別  
其事而勞費兼宣也將來有道其營之笑

治六一泥用五月五日七月七日九月九日至佳

發丹火良日甲申乙巳乙卯凡作丹忌日春戊辰己巳夏  
丁巳戊申壬辰己未秋戊戌辛亥庚子冬戊寅壬戌己卯

癸酉及月殺反支于孟仲季月收閉丙戌丁亥壬戌癸亥  
辛巳月建諸晦朔上朔八魁往亡日皆凶不成市丹神藥  
當於德地坐立勿爭貴賤當以收執日以子丑日沐浴先  
齋潔七日乃市具真物神丹成以羅繡囊或金筒盛之合  
神藥時始當用甲子開除日先齋三七日乃為之合藥不  
過二人至三人務當加精勿入喪汙家欲飛藥時勿令愚  
人婦女小兒及喪汙之人見也及疾妬多口之人若不信  
道勿使聞知見之使藥不成精神飛去欲得在山林石室  
幽靜避隱無入之地不欲聞犬吠人聲又忌見死傷人血

慎之既神藥常當獨居一室中神仙玉女侍官來往必敬之神丹常帶肘後唯每修身謹戒為上合藥時當用甲子得開除日並佳常燒香齋三七日初齋一七日竟夜時當在欲安釜間作壇祭太乙高上真神用清酒二斛黃粱米白粳米三斛各取二斗炊之大乾棗二斗梨三斗鹽豉各五斗香十斤耳橘諸餅果甚善北方無耳橘不得者止也淨席四枚以施祭潔盤九枚杯子八十一枚無杯者大形甌子亦可用用訖通燒席及盤也祭如祭天地神祇樽杓自副羅列諸物著一席上於祭座前安著合丹諸藥單耳

主人新浣淨衣束帶用香火九鑪令烟交合九盤各安一  
香火也自稱下三大道民某甲九拜再拜再拜輒自稱如初  
合十八拜也畢請神令聲聞十步之間立日請九天真王  
三天真皇高皇太上君高皇君太上君太帝君九天三老  
君三天三老君太上真人太上地真靈真玉女九氣夫人  
九老仙都君太清仙王天真太一君地真太乙君都官太  
乙官中官太一君天仙太一君地仙太一君太乙玉童太  
乙玉女黃羅紫明二即黃羅紫明二夫人華蓋火光使君  
九光夫人丹朱祖宗南上之精君並開天門乘雲輦下臨

某甲座席某甲九拜九叩頭九自搏長跪乃更下聲徐徐  
曰以今某年歲月日某即縣鄉里號姓名字年若干謹上  
請九天三天高上聖神於某山又小徐徐良久曰某實不  
知天地始有以來不知某始祖姓生根本又不知出何姓  
之後不知生出禽獸泉魚飛走之類不知胡羌夷狄本鮮  
界開狄亦不知某出何面而生不知南八蠻西六戎北五  
狄東九夷不知從何方面出互相習生傳相養而殃罪無  
數謫服無竟至今七世七祖父母為罪五祖三曾為罪及  
祖父母父母為罪乘先世無數之殃或謫在地獄負捷山



石赴諸河伯天地水三官治銅拔舌校諸滄流考負魂魄  
唱轉燒頭鐵礪其背生死之過譴伐罪殃犯咎萬端乞願  
九天三天高皇太乙諸君丈人為某除七世以來所犯殃  
譴乞得解除下及某身歷劫以來無狀之罪萬死之罪萬  
死之過一切原除乞見太平得覩真聖之主分別求哀因  
起九叩頭九自搏訖重上酒叉跪曰某少好長生希慕靈  
仙昔受先師某甲金液之方今按良年吉月令時作合未  
敢專輒謹先施呈伏願

太上老君太和君天明神仙玄女素女青腰玉女下共成

之諸太一君諸太一玉女臨監共視黃紫蓋之下伏乞藥  
無縱無橫無飛無颺便隨手變化黃白悉成飛騰紫宮命  
長億千位為真人和合神氣華精玄黃分天之氣太一身  
為扶將玉女常為侍傍諸君大人削某死罪之錄度著命  
門又起九拜九叩頭九自搏又上酒盞香良久又跪曰今  
在某山穴之中合作神丹願得役使鬼神驅御虎豹乘駕  
虬龍山精萬邪皆見敬畏受其節度盡見防護令其所向  
摩滅金石為開并乞符五岳名山神君真人通見防衛令  
某分形展轉長生久視又禮九拜九叩頭九自搏所陳訖

其餘復宜所陳道私陰之罪求乞哀宥乞除者隨意可否也既言畢所司小下罇酒及好香果輦自賜於真王之前飲酒皆九拜也先謹請時使合丹一二人避祭所隱處三十步許皆令蠟封其耳也若弟子與師合丹當對服者亦令避之兼不塞耳也夫合丹自各受方別作異祭初不合同也既某甲所言及飲食之須乃命一二人來受福受福訖良久復遣使還住處乃當送神也

若有佩五岳真形圖者別立一座著下面并祭之但口請之不用文無者止又以所佩著祭席上又先日亦當存五

岳衛神令各揖勅地靈掃洒山川不得有乳虎產獸汙穢  
之蟲百邪之物在今郊境以待天真也以所佩帶圖定意  
祝之又呼一二人來受福開人人耳受福還去亦勿又塞  
之祭都訖送神隱向欲曉也更加初請時但事事盡言枉  
屈某神真人畢又再九拜九叩頭自搏也其夕祭時必有  
光景山震之聲雲雷之音及玄雲四合或大霧彌林是天  
地之靈降於大祭也亦無不爾者然既已吉日齋合神丹  
宜索大巖室足容部分處若無巖室乃可於四山之內叢  
林之中無人迹處作屋長四五丈密障蔽施籬落令峻避

天雨皆施祭於屋下若發火之後遇雨者可預作行屋障蔽之令易祈雨輒施之年中自有多水雨之年山高林深又常餘雲自少功力不辦立雨屋便都止於住若屋下亦好乃便亦無視天之憂也又欲得近水處無水則難為汲掇若常近山洞之所祭神及鍊丹處常令本家子弟廣羅掘宣喻彼山有行者勿得近所止乃良臨用乃取壇內所須之物此等預將入山居也是齋七日便各取其所須之物著壇中以絳九尺覆著壇上燒香再拜向壇時加子初施祭乃用其物以絳安祭席後座處其日主人助共辦自

取名香而上之祭食不得分他人唯同齋合丹者可共以  
為挾糧祭果獻生熟多少施安斟酌唯隨人意裁量取潔  
而已若弟子共作丹則饌合祭至於座席杯盤俱是同耳  
六一泥可共當大作土釜九十斤丹砂五斤雄黃五斤雌  
黃為一劑也土釜中可容百斤合共則人數如先不過三  
人其祭饌必多多饌又不消泄可作乾糧與人頒丹成以  
出令家中子弟輩齋三日乃將食之也泄者不須以出祭  
明日旦又須齋甲申日發火於釜下弟子共合則宜各齋  
各齋中或宜出取祭物還當解淹更浴乃止其奴使非合

者雖不令同齋亦宜禁忌出入當得溫吉良謹之人還俱  
解淹矣若無真形官屬祭日則使符籙中人人吏兵驅却  
乳虎穢獸之輩無籙使六甲直符隨先所領部也常心使  
存之歌曰

金液丹華是天經○泰清神仙諒分明○當立精誠乃可營○玩  
之不休心長生○六一合和相須成○黃金鮮光入華池○名曰  
金液生羽衣○千變萬化無不宜○雲華龍膏有八威○却辟衆  
精與魑魅○津入朱兒乃騰飛○所有奉祀丑未衰○受我神言  
宜見迎○九老九炁相扶持○千年之鳥水人亡○用汝求生又

所禳。太上景電必來降。玄氣徘徊為我用。委帛襜褕相繾綣。使汝畫一金玉斷。弗尊強趣命必隕。神言之教勿笑弄。受經佩身焉可放。乘雲豁豁常如夢。雄雌之黃養三宮。泥尤真人自溢充。絳府赤子駕玄龍。丹田君候常豐隆。三神並悅身不窮。勿使霜華得上通。鬱勃九色在釜中。玄黃流精隱幽林。和合陰陽可飛沉。飛則九天沈無深。丹華黃輕必成金。水銀鉛錫為楚皇。河上姹女御神龍。流珠之英能延年。華蓋神水乃億千。雲液踴躍成雪霜。挹而東拜存真玉。陵為山。稱陽為丹。子含午。精明斑璉。是用月氣日中官。



明朗燭夜永長安。天地爭期遂盤桓。傳汝親我無禍患。不  
相營濟殃乃延。冥都書罪自相言。生死父母何其冤。為子  
禍上考不全。祭書置廢千明宣。玄水玉液朱鳥見。終日用  
之故不遍。山林石室身自鍊。反汝白髮童子嚙。太和自然  
不知老。天鼓叩鳴響懷抱。天中之山似頭腦。玉酒競流可  
大飽。但用挹焉仍壽考。千年一劑為究竟。丹文玉盛務從  
敬。見我外旨已除病。何況神經不延命。禍入池門福入室。  
科有天禁不可抑。華精菴藹化仙人。連城大壁逾更堅。長  
生由是不用牽。子將不信命九淵。祕思要之飛青天。

此太清金液神丹經文本上古書不可解陰君作漢字  
顯出之合有五百四字

作六一泥法礬石戎鹽滴酥礬石四物分等燒之二十日  
止復取左顧牡蠣赤石脂滑石凡七物分等視土釜大小  
自在令足以泥土釜耳合治萬杵訖置鐵器中猛下火九  
日九夜藥正赤復治萬杵下細節和以醇釀苦酒令如泥  
名曰六一泥取兩赤土釜隨人作多少定其釜大小以六  
一泥塗兩土釜表裡皆令厚三分日中曝之十日期令乾  
燥復取水銀九斤鉛一斤置土釜中猛其火從旦至日下

晡水銀鉛精俱出如黃金名曰玄黃一名飛輕一名飛流  
取好胡粉鐵器中火熬之如金色與玄黃等分和以左味  
治萬杵令如泥復更以塗中上下二釜內外各令厚三分  
曝之十日期乾無令燥拆輒以泥隨手護之取越丹砂十  
斤雄黃五斤雌黃五斤合治下篩作之隨人多少下可五  
斤上可百斤納土釜中以六一泥密塗其際令厚三分曝  
之十日又搗白丸屑下細篩又以苦酒雄黃牡蠣一斤合  
搗二萬杵令如泥更泥固濟上令厚三分曝之十日又燥  
入火便拆折半髮者神精去飛若有細拆更以六一泥塗

之密視之先以釜置鐵鑊上令安便以馬屎燒釜四邊去  
五寸然之九日九夜無馬屎糯米糠可用又以火附九日  
九夜當釜下九日九夜又以火擁釜半腹九日九夜凡三  
十六日藥成也寒之一日發視丹砂當飛著土釜如奔月  
墜星雲繡九色霜流煒燁又如凝霜積雪劍芒翠光玄華  
八暢羅光紛紜其氣似紫華之見太陽其色似青天之映  
景雲重樓綰縵英彩繁葩乃取三年赤雄鷄羽掃取之名  
曰金液之華若不成者更燒如前法又三十六日合七十  
二日無理不成也要節通火令以時不可冷熱不均則三

十六日而成不復重燒之也釜圯則無神服之無益泥之  
小令出三分乃佳又猛其火增損之以意度耳平旦澡浴  
薰衣東向再拜心存天真靈官諸君因長跪服如黍粟復  
漸小豆上士七日登仙下士七十日昇仙愚民無知一年  
乃仙耳若心至誠竭齋盛理盡其旦服如三刀圭立飛  
仙矣但道士恐懼或慮不精便敢自服三刀圭耳即看神  
丹烈驗初服三刀圭皆暫死半日許乃生如眠覺狀也既  
生後但復服如前粟米之法知其賢愚之日限也已死者  
未三日以神丹如小豆一粒發口含服立活先以一銖神

丹投水銀一斤合火即成黃金不可服當急火之以金打成筒盛丹丹經以繡囊裹之先淨潔作苦酒令醱不醱不可用也既成清澄令得一斛更以器著清涼處封泥密蓋泥器四面使通巾半寸許以古秤秤黃金九兩置苦酒百日可發以和六一泥之用名金液也金在醱中過三七日皆軟如餌屈伸隨人其精液皆入醱中成神氣也百日欲出金先取冷石三兩擣為屑以絞三斗冷水徐徐出金清之一宿金復如故初發器中取金勿手撓之則金軟碎壞若無金者亦可借用若土釜大則醱多不限一斛也又隨

鹽多少或減損金兩數也丹砂雄黃雌黃先搗下重絹篩  
治令扣合且著密器中又令器上口如火也又取雲母粉  
二十斤搗下細篩布於地令上見天以穿中桑葉十斤布  
著雲母上酉時以清水三斗洒桑葉上既畢冥出丹砂露  
器於桑葉上發其蓋隱彰日欲出還丹砂蓋內於室中別  
以席覆桑葉於地如此七日從甲子齋日如訖辛未日旦  
於是黃龍雲母液盡入丹砂中天雨屋下為之露丹砂當  
每謹視護或恐蟲物穢犯之夕夕反側丹砂令更見天日  
訖又治一萬杆閉鎖須甲申日俱內土釜中筒容令平正

勿手抑之令急急則難飛祭受之法用好清酒一斗八升  
千年沈一斤乃沈香也水人三頭鷄頭也皆令如法者若  
用之治取米令淨潔其米或蒸或煮之隨意用三盤盤用  
三盃餘內別盤盛座左右燒三爐香火通共一座令西北  
向主人齋七日或三日三日訖施祭祭在子時著新潔衣  
服三丹拜謹請九天真皇九老仙都君九氣丈人太上真  
人虛光丈人真官太丹玉女天一君王中黃夫人九九皇  
真人下降某郡鄉里某甲室中因又三再拜三叩頭三自  
搏曰今日吉辰齋志奉迎太上諸君丈人乞蒙停住華輦



憇駕須臾因重上香酒又三再拜良久而跪其以胎生肉  
人枯骨子孫久淪愚俗積聚罪考禍咎深重憇過山岳唯  
乞太上解脫三尸令百厄除解今奉屬太上道君永為臣  
民常思清虛以正穢身恩遇因緣得開玄路即日受先師  
張基金液之金披省妙祭蕭然及生乃知天尊靈貴非世  
尸所陳豈某頑朴可得希聞是不敢輕秘故祀啟天尊至  
尊一書委帛以傳之誓已備如本法輒抱佩永年無世唯  
願太上海道諸君丈人當扶某一身使享壽延年所向諧  
會早得從心神藥速辦栖逃山林別告祈高上諸皇以合

丹液之英依傳授之科敬受師節度言畢笑又九叩頭九  
自搏令徐徐聲絕出若不能諷誦本呪文可執卷讀之也  
又重上香酒畢送神起立稽首曰上煩九天真王又一拜  
起曰上煩三天真皇又一拜起曰上煩虛炁丈人又一拜  
曰上煩真官太丹玉女又一拜起曰上煩中黃夫人又一  
拜起九拜祭訖其食不得與俗人食之以寫經紙墨筆硯  
別著祭左右并啟白之曰今以此紙寫丹經乞願常無毀  
則又祭盤當用生薑各三兩著盤上三盤合九兩也其餘  
耳果珍香隨心所增損耳亦無從厚也家貧以此為限也

明日所不解者當一二口訣求解釋之也祭時勿令俗人  
近其房室屏之為佳無戎鹽者河東大鹽可用無酒醎者  
取好清酒微火煎之令如飴糖之堅者然後令與礬石礬  
石等分而用之此二物不可得而當代之耳直自不及真  
物之堅密也但當小厚其泥也以此代之者是窮極也

太清石壁記卷上

楚澤先生編

太一金英神丹方

金五兩打為薄鈹之壁之納土塢中計先用金五兩水銀六兩先於火中籠金薄與水同色即別暖水銀暖酒土塢中入金薄於水銀中分而消矣即以金泥重鍊微耗去水銀然後以玉椎研盡乃止堪入藥用

雄黃一斤搗篩羅之鐘乳五兩好酒煮盡三日夜玉椎研

雌黃一斤搗篩羅之丹砂搗篩雲母一斤水飛壁之鍊如

白鹽

白石英八兩擣篩

曾青五兩擣篩飛去上浮花

礬石三兩

水銀一斤以黃鹽相得真水銀

凝水石八兩擣

石膏八兩

朴硝八兩擣篩

芒硝八兩擣篩

空青八兩擣篩

篩

擣篩

右件十五味並須精好擣篩瀑飛之

### 造大還丹方

空青十二斤

光明砂十斤雄黃十斤

雌黃十斤金二斤

白石英一斤

鐘乳一斤

硃砂五斤

水銀七斤

石硫黃八斤

水銀霜七斤

玉屑三斤

石膏五斤

朴硝五斤

特生礬石八斤

雲母十斤降英十斤

太陰玄精六斤

礬石五斤

鉛丹三斤

石膽八斤 青石三斤 陽起石四斤 芒硝三斤 蛇床子四斤  
錫八斤 礬石七斤

右擣拌一依四神法唯金錯作末分為炷飛服之令  
人仙矣

黃帝九鼎丹方

雄黃雌黃各半斤 朱砂五斤 石硫黃白石英鐘乳朴硝礬  
石各三兩 石淋寒水石石膏禹餘糧青石太陰玄精赤石  
脂雲母礬石已上各五兩

右十七味並擣酢拌浥浥吳鹽覆之火三日夜寒半

日開之重飛七轉用治萬病無發動

黃帝九鼎大還丹方

雄黃石膏各一斤寒水石禹餘糧各半斤硝石一斤大陰

玄精一斤三轉煮六十日方解礬石一斤三遍煮三十日

金牙半斤二遍煮一日一夜雌黃一斤朴硝理石絳礬石

琉黃芒硝黃礬戎鹽空青石朮白石英孫公孽三轉煮朱

砂鐘乳礬石紫石英雲母礬石硃砂石腦青礬石膽一轉各一斤

右件藥精擣更研酢拌合和飛之九轉凡如大麻子

一服一丸服五丸萬病皆除一千丸改形易體久服

仙矣

太一金膏丹方

金五兩 打作薄錠飛

雄黃一斤 擣篩白石英一兩如前雌

黃一斤 紫石英十兩 空青十兩 朴硝一斤 硃砂十兩 石膏

一斤 芒硝一斤 礬石十兩 雲母一斤 石乳十兩 滑石一斤

水銀一斤 太一禹餘糧一斤 石硫黃十兩

右十七味並須精好飛一依前法

以上小丹皆是神仙救世療病之丹服之身輕延年

其法具在卷後其小丹亦不要須依古法固濟



六一泥法

赤石脂 一斤 滑石 十兩 丹土 三斤 滴鹽 三兩 戎鹽 三兩

右擣為泥並用酢拌之作丸子如手指大曝乾火燒  
日夜更擣令細研取三五張紙細擘和為泥入杵  
臼熟擣用酢拌之固濟上下釜不令有隙以猪牙研  
之須滑甚用牢密固

又法

取好細黃土堅實者曝乾擣

又法

取赤石脂左顧牡蠣細治鹽甚牢密固

飛丹禁忌法

春忌戊子己巳

夏忌丁巳戊申己丑戊辰己未

秋忌戊戌辛亥己亥庚子

冬忌戊寅丁未庚戌己卯癸酉

飛丹發火吉日

五月五日 七月七日 九月九日 甲申 乙巳 乙卯 又以太陽  
之月立夏之後取甲子戌開收除平定之日並吉發火取

二更時不爾取五更無驚觸凡合丹不得過三人已上即  
心不齊

召魂丹法一名反魂丹二名更生丹三名歸命丹

朱砂雄黃雌黃曾青石硫黃礬石礬石各五兩水銀三斤  
又云一斤

右依四神丹方飛之五六轉精熟可服宜與石硫黃  
丸相和服之

### 石硫黃丹方

石硫黃蒲黃禹餘糧茯苓各二兩

右四味搗篩蜜和為丸丸如小豆一服二丸召魂一  
丸和石硫黃二丸同服治萬病神驗疑大熱除石硫  
黃亦得其丹不得水銀以水銀霜二兩代之甚佳恐  
水銀貴不辦用之不厭甚多

無忌丹一名堅骨丹二名無畏丹三名凝神丹

金丹 乙兩 寒水石 二兩 石乳 一兩 雄黃雌黃各四兩 白石  
英 一兩 芒硝 二兩 紫石英 一兩半 硝石 一兩 麥飯石 一兩

朴硝 二兩 牡蠣 二兩 鐘乳 一兩

右飛一如四神丹法飛三日三夜細研丸如麻子服

一丸無不差召魂丹久服延年無忌

紫游丹方一名步虛丹二名藥景丹三名輕舉丹  
四名倒景丹五名凌虛丹

雄黃雌黃白石英紫石英鍾乳玉屑朱砂石腦石膽礬石  
空青陽起石赤石脂礞石朴硝礬石石膏寒水石汞霜消  
石各三兩

右依金英丹法飛之極妙

艮雪丹方一名水銀霜丹二名流珠白雪丹三名  
流汞素霜丹四名玄珠絳霜丹五名大陽紅粉丹

六名飛虹化藥丹七名朝霞散彩丹八名夕月流  
光丹九名辰錦流暉丹十名凝堦積雪丹

錫十二兩 鴻霜一斤 特生礬石一斤 絳礬石一斤 朴硝五兩

太陰玄精 六兩 鹽一斤

右以錫置鐺中下猛火燒令鎔成水以鐵匙漉去上  
滓末別以鐺子中炒令稍熱傾著錫水中以鐵匙攪  
之令勻便急傾著淨地少時凝冷如白銀即取若霜  
輕手擣之以馬尾羅篩朴硝玄精各別擣篩即以鹽  
末和水銀錫合擣以馬尾篩之以諸藥總相和調和

相得更以白鹽作下籍三分許以物按之令實即下  
諸藥又以朴硝覆之即下文火四日夜其火炭不過  
一斤已上但候上蓋常如人體暖即漸加三五莖過  
此已後兩日即下武火常使上釜灼人手不得久住  
武火經七日寒一宿然後開之若調火緩急得所其  
精並飛出上釜如霜雪狀或作伏鑪盤在上釜其色  
妙甚霜雪光輝煥然驚駭耳目好士見之無不嗟嘆  
若用火不調冷熱不均其藥精即飛著上釜顏色青  
黑既飛得精藥又飛之更以後藥

礬石 三兩 朴硝 三兩 白鹽 一斤 玄精 三兩

右並依前法擣篩先以流汞霜研訖與諸藥相和布  
置覆藉飛之日數一如前法可作三五轉然後用之  
為佳恐太陰玄精難得可往河東解鹽池近水次浮  
之其色理如玉質形狀似龜甲其黑重者不堪其黃  
白明淨者為上其鴻霜得此藥自爛如粉飛之三五  
已後可研極細以棗肉膏和為丸如麻子大一服四  
五丸加至六七丸萬病皆愈

五味丹方



水銀霜一斤 硝石五兩 寒水石五兩 石膏五兩 石膽五兩

石擣篩相和不用酢拌直爾飛之入釜三日夜如飛

召魂

五岳真人小還丹方 一名金精丹 二名飛空丹 三

名仙夢丹 四名救世丹

丹砂雄黃曾青礞石石腦朴硝巴砂玉英禹餘糧白礬石

玄石脂凝水石滑石石膽各十兩

石新苦竹為筒貯之以蠟固頭按之納華池中二十

日出之陰乾二十日擣篩色別以酢和為丸納玉釜

中似鍊紫游丹法勿使氣泄以文武火三日夜開之  
色別擣下如粉第一納丹砂次玉英合之上下相當  
密用固濟初用馬通火三日夜後用炭火三日後前  
文後武飛入上釜丹成出用之於乳鉢中以玉碓研  
之如粉以大棗去皮和為丸丸如粟米一服三丸用  
飲汁酒下之

太一小還丹方 一名太精丹 二名朝景丹 三名凝  
霞丹 四名落暉丹

水銀一斤 石硫黃五兩

右研石硫黃為末以白厚紙承之取於炭火上灸硫  
黃鎔滴水中葉前紙如此三遍鍊之秤五兩又取新  
瓷瓶可二升已下內外通有油者以黃土細篩和石  
灰紙筋相為泥泥瓶子外可厚三分曝乾又取一新  
瓷蓋子令與瓶子相當內有通油者還以前泥泥蓋  
外亦厚三分許曝乾為瓶蓋又令鐵抹子鍋腳與瓶  
底相當坐瓶子於抹子上又作風鑪高於瓶子五寸  
許四面各去瓶子五寸埽瓦和泥作鑪下開四風門  
待乾用之又先以水銀下瓶子中微火溫之令暖又

取一鐺子鎔硫黃令如水傾水銀瓶子中攪之少時  
待冷水銀便如碎錫可以為塊遂以前蓋子蓋之還  
用前泥密固濟下鑪中即以微火傍瓶四邊炙之令  
固濟處乾鑪漸熱加火初文後武令稱瓶上火色紫  
焰出時聲動其火令心虛稍稍添炭如此百夜漸漸  
退火寒之間看其丹並著瓶子四邊及上蓋其丹狀  
如石榴子紫黑色水中研泛之取細者色過光明砂  
紅赤非常藥成細研和粳米飯凡之如小胡眼每日  
服五丸至五百丸萬病除矣一經云從朝下火至日

午藥成可服亦和丸蒸曝巨勝服白飲汁酒送之忌  
血羹臭膾大酢生冷

太一硫黃丹方一名太陽粉丹

石硫黃 三斤

右搗研入丹灶中飛之以兩盆子為上下釜蓋文火  
飛三日夜並飛上釜如金粉色可研丸服之

八石丹方一名麗日丹二名素月丹三名度厄丹  
四名濟世丹

朱砂雄黃雌黃曾青

右件四物飛之三轉堪服

又方

雄黃雌黃石硫黃空青碌青礬石朱砂礬石

已上各十四兩

右搗篩飛鍊並同前法

又方

朱砂雄黃雌黃曾青已上各四兩礬石磁石朴硝礬石已上各一兩

又一方云

白石英無礬石一依前法

龍朱丹方一名曳絲丹二名乘露三名含光四名

吐暉

朱砂雄黃雌黃石硫黃空青已上各十兩

右擣篩細研用召魂炷中飛之三日夜其藥盡飛入

上釜其下滓碎如灰滓若硬如鐵屎堅塊者其藥盡

更擣篩依前飛之還三日夜藥精飛盡上釜收取和

好麝香及白粳米飯凡之如麻子一服一丸和飲汁

酒送

八神丹方

光

一名元精二名照日三名流霞四名神

丹砂曾青雄黃礬石石腦磁石朴硝已上各十兩

右各別絹袋入三年米酢中二日夜出陰乾各別擣  
篩次第下釜中搥下訖以朴硝覆之以六一泥固濟  
文火三日夜武火三日夜寒一宿開取上釜者又更  
研重飛五六轉色白如雪可服之

太一雄黃丹 一名赤流二名素暉三名紅景四名  
重光五名紅紫相間丹

### 雄黃 三斤

右以銅器盛之酢煮三日夜毒盡九日更加曝乾擣  
篩以酢拌之曝乾七遍然後一依召魂丹法飛之七



日夜白如雪眼之

又方

雄黃一斤

右一味搗篩輕紗羅篩以醇酢拌令浥浥日曝令乾  
又依前更拌又曝可十餘遍止先以白鹽置釜為藉  
按之令實次以雄黃粉與白鹽末相和置於藉鹽上  
還以白鹽末覆之即以上釜相合六一泥固濟不得  
泄氣一日一夜微火候六一泥乾以後漸漸加火勿損  
猛一日一夜過此已後可與極猛火令其下釜旦暮

常與火同一色不得暫時令火微弱如此旦暮猛火  
常相續不絕三日三夜寒之一日夜開其釜取藥更  
細研下釜中餘滓又別搗篩訖即以藥之精滓相和  
更加以酢拌令溫溫一依前布置其文武火勢及日  
多少一依前法如此再遍其藥必成

五靈丹方

曰昇霞二曰凌霄三曰靈化四曰太

一召魂五曰還霞丹

汞霜雄黃石硫黃朱砂雌黃已上各十兩

古搗篩以酢拌曝乾七遍入釜中以白鹽花為藉然

下石藥以汞霜為上即以白鹽花覆之厚三分依召

魂丹用火三日夜藥成凡如麻子一服一丸治萬病

又方

汞霜 三斤 雄黃 石硫黃 朱砂 各二斤

右博篩四味相和以酢拌令濕濕曝乾可四五遍止

自外飛鍊用火日數一依前法

五石丹方 一名五星丹 二名五精 三名五形 四名

五帝 五名五岳 六名五靈 七名八仙丹

五石丹者淮南王劉安好道感仙人八公來授之安以此

方錫左吳故得傳之人世其藥飛五石之精服之令人長  
生度世與群仙共居五石者是五星之精丹砂太陽熒惑  
之精磁石太陰辰星之精曾青少陽歲星之精雄黃后土  
鎮星之精礬石少陰太白之精

右以此五星之精其藥能令人長生不死

又方

曾青者東方青帝木行青龍之精丹砂者南方赤帝火行  
朱雀之精白礬石者西方白帝金行白虎之精磁石者北  
方黑帝水行玄武之精雄黃者中央黃帝土行黃龍之精

右五味並屬太微五帝火神之精主之欲合此丹之時五味各十兩並擣篩為末酢拌之如八神丹法又須得五帝神符鎮丹灶上乃可飛之不得此符終不能成符在別祕傳中老子三部符中亦有也五石者五星生氣服其真精氣可以天地齊壽自非至誠好道莫輕傳之若消石紫石鐘乳名曰白八石也

### 又造丹鑪法

其鑪下須安鐵鐐可十二三條長一尺四方厚四分布其壘上相去可二分鐐下懸虛去地二寸中開潤

四寸半前後通門擬通風來去其鑱上著火其火為風氣相扇極理快然此法為要

又造藥釜法

其下鐵釜受一斗徑九寸深三寸底拒火處厚八分四畔厚三分上下濶狹相似平作底周迴層濶一寸半厚三分亦平兩畔耳長三寸去上層三寸半上蓋燒尾作之徑九寸四分深八寸厚三分上蓋稍圓平作之此釜樣是初出精藥所以大若出精藥後宜用小釜轉之小釜樣

徑口六寸深二寸半自外形勢厚薄同前大釜上蓋  
徑六寸二分深六寸自外形勢與前不別

太清石壁記卷下

興五

楚澤先生編

八神丹方

空青半斤 磁石白石英朴硝各半斤 鐘乳五兩

右擣篩細研酢拌一准前四神唯以朴硝蓋諸藥上  
異於四神飛之七轉

三使丹方

水銀霜一斤 朱砂二斤 雄黃一斤

右三味擣篩酢拌唯以水銀霜覆上更加鹽花蓋上



餘更不異於四神丹飛之五轉

召魂丹方 二名反魂三名更生四名歸命五名全生

朱砂雄黃石硫黃磁石 各五兩水銀一斤

右以石硫黃鎔成水傾水銀中攪成碧砂和諸石藥

一時擣篩細研酢拌一依四神唯轉數多於四神丹

流珠丹 二名紅景三名赤曜四名重暉五名紅榮  
六名紅霜

雄黃 一斤

右擣篩細研酢拌過過一依四神唯以鹽末拌和布  
罩更以鹽蓋上固濟一日夜文火以漸加武火使猛

三日夜寒之取飛三轉也

又方

飛雄雌黃等二物各十兩

右細研以米酢拌曝一如四神丹法

又方

伏龍肝鹽末倍於雄黃一倍

右二味研令細及總和雄黃等并攪和布置固濟一

依四神丹法唯火寬於四神使火歇文多武少七日

一轉

## 造水銀方法

水銀一斤 鹽二斤 朴硝四兩 太陰玄精六兩 煅煌礬石一斤  
絳礬亦得

右先以錫置鐺中猛火銷成水別溫水銀即令入錫  
中攪之寫於地上少時即凝白如銀即以鹽二斤和  
錫擣之令碎以馬尾羅重羅令盡即以玄精末及礬  
石末和之布置一依四神唯以朴硝末覆上用文火  
武少火七日夜其霜如芙蓉生在上甚可愛取得霜  
更研

礬石 五兩 朴硝 五兩 玄精 五兩

右已上更別搗碎准前布置覆簾更飛經數轉始好

### 朱砂霜法

朱砂 二斤 先研作末 細絹羅七徧 絳礬一兩半 黃礬一兩

右並搗為末酢和日曝七徧唯鐫下周匝著硃砂及

灰鹽為坭坭鐫即著鹽平滿鐫看藥多少搗鹽中作

碗形著藥訖以銅匙按之令實即加鹽一重覆之更

加伏龍肝一重更以鹽上更以朴硝蓋之仍是按平

即以米酢嚙之即安上釜固濟先用麻搗泥泥澤掃

有不上者並在鹽花內結作芙蓉頭子其霜煮鍊依

#### 四神法

#### 造內丹法

右以前丹飛經三轉並出之不須出毒直細研便凡  
每納五丸薄以綿裹其生丹治疥癬丁瘡內癰久瘰  
痔蛇咬牙疼悉用之

#### 造硫黃水鍊法

石硫黃一斤明淨者

右直以研之取一淨瓦一頭高一頭低著紙一張布

硫黃於中下著火其下處瓦底著小盆子盛米酢其  
硫黃入中並成小珠然更於酢中取置於瓦更准前  
鎔之可經七遍止然絹重袋盛硫黃縛一橫杖鎔中  
漚著米酢取杖橫於鎔上勿令袋著鎔底煮之三日夜  
酢減即添之更於醋漿水煮又三日夜清水中煮一  
日夜然出曝之安架研之使細取牛乳五升將拌硫  
黃末即曝乾乾訖更拌以乳盡煨乾任丸散服之

餌朱砂法

鍊朱砂一介

及固濟上釜極窄密漸加大光經四日夜而武火二日極猛火一日寒即以水濕固濟處然後開用之

金銀二粉法

金銀各二兩胡同律二兩擣作末

右打金銀作薄即用猪脂於鍋中煮十五沸用皂莢洗令猪脂盡即取瓷盆研薄令碎和塩及銀研之七日已末即用生絹三重去水取銀粉向硃砂灶中鍊微火不得令猛出之更研然後取胡同律末共粉一時水鍊即用生絹三重裹粉熬去水令乾研極細任用

良雪丹 一流珠白雪二流傾素雪三玄珠絳雪

水銀 一升  
錫 十二兩

右取水銀鐺中著火暖之別鐺鎔錫成水投水銀中寫於淨地中自成白銀餅取銀擣碎研粗羅之

絳礬白礬太陰玄精各四兩

右並擣和銀粉取伏龍肝鹽末等和上件藥布置一依四神法唯以朴硝一斤覆上更用末白鹽花覆之牢固濟四日文火漸漸加火仍須微微不得依四神武火滿七日訖用猛火一炊開寒之開取其藥霜亦



右直爾取米酢煮之三日夜然更研取錯拌曝乾更  
研十餘遍即止又以竹筒盛於甑中蒸之十徧即止  
任將餌服

造鐵液丹法

剛鐵一百斤

右打作鏡中央開孔容指許徑五寸厚三分兩面刮  
削並平淨打作方鏐長七寸濶四寸厚三分上開孔  
酒三升胡椒末藁撥乾姜已上各擣篩鹽一升磁石  
十四兩酢一升以酢和稍將隨鏡穿於長鐵箸上片

片去三分先埋瓦甕於地中甕內以木為架架上重  
安之以瓦盆覆之蓋甕口訖覆土厚一尺每日以鹽  
水洒上令濕滿一百五十日開之其鏡飛胤以刀刮  
削以酒研泛取得傾器中更研以盡然澄取任用之

### 朝霞丹方

雄黃雌黃石硫黃水泛取淨者傾器中更研以盡鐘乳白  
石英磁石石朮雲母

右搗一依四神唯數須多可用酢拌曝乾之

### 光明麗日丹方

雄黃雌黃白石英雲母孔公孽礬石

右搗篩依四神唯轉數多

凌霄丹方

雄黃雌黃空青朱砂鐘乳礬石石膏禹餘糧太陰玄精白  
礬石

右搗篩依四神法

服丹法

凡一切老冷痺等病每日平旦取棗肉及栗豆豉并丹二  
丸溫酒下

服丹禁忌

服丹時不得食羊血鯉魚及臭味污穢等物也

服丹覺觸

服丹後覺身面上瘡如虫行身面手足浮腫見食臭吃食嘔逆惡心四肢微弱或痢或吐頭痛腹痛並請不怪此是丹効排病之驗也

治瘡丹

每發日平旦取丹三丸和酒服取吐至小食時間不吐即  
127  
噴酒半盞必須吐更飲發空腹五丸必差

## 治瘡癰

針破著乾濕癰且淨洗布揩取丹和酥塗三五遍即差蛇咬取丹和醋拌差丁瘡針破內丹三五度食盡惡肉即差

## 內丹法

取生丹薄綿裹至夜勾喫食臨卧以中指送丹盡指深內便卧少間臍下雷鳴唯須忍至三更已未忍不得即於淨地放出膿三五合連三夜熱丹補之

## 治丹發動

若覺丹發即用生熟湯沐浴葱豉酒一盞同薰黃法飲若

不定取露蜂房耳遂姜蕤麻黃等分煎取飲子一服立愈

### 說薰黃法

薰黃味辛平大溫有毒主治疥癬殺蟲蛇毒却邪魅餘餌  
且與雄黃無別若化銅鐵為金銀非武都不得若作世間  
治病小丹此即武都與雄黃無異直爾取之拌曝一依前  
飛龍用極好此一味自古及今皆視之不顯於方上良由  
此物時間多無有所宜恐時人輕皆共視之余今說者幸  
諸知心同相傳之勿示非人也此丹鏡一卷必請得者盡  
百年傳之取一人幸勿妄洩彼此同殃

伏火硫黃丹

鍊硫黃一斤 桂花二斤

右直爾取斗鐺絕厚者可安置飛處以鹽納鐺中可  
四面各厚三寸中心作窠硫黃安窠內上頭著鹽亦  
厚三寸皆擣作末遣窠底下漸漸著火作飯無異一  
日三遍換鹽若了可著水瀉曬然後始著耳土泥包  
裹待乾漸漸著火不得令絕赤少間即休更別陶曬  
乾乃研以白梨粟飯丸如梧子一日服二十九

丹經秘要口訣

黃芪苓 烏頭俊 青神羽理 空青 白素 禹餘糧 青龍膏 管青

白虎腦 水銀 玄武骨 礬石 東野朴 硝單青 青硝 朱雄并帝

男精 俱雄黃 黃龍肝 錫丹 帝女髓 生朱砂 赤帝流珠 水銀

銀丹 耆黃丹 青帝味 青鹽 烏牛 五岳脂 五礬 西戎溜味 戎鹽

石停脂 石硫黃 金賊 硃砂 石味 石鹽 陰獸玄精 烏牛糞汁

烏塘香 附子 黑帝味 黑鹽 陰龍肝 狗血一云 石味 灰 石灰

陰獸當門 烏牛胆 夜光骨 并虛銷 新麻蒂 越灶曲 風煙

天器土釜 三變得蘇骨 澤瀉 蠶蠕漿 乳汁 義物 銀貓虎脂 131

蝟脂 青牛落 鹹土

昆濤梁 原缺 黃鳥首 黃頭鳥

黑龍膏 黑狗 真



合藥訣

蚌精 真珠 陰運 水精 棲龍膏 桑上露 青油羽 空青 黃帝足 鬱金 根

尚丹 田紫 朴天師食 禹餘糧 兒長生 牡丹 屈原蘇 胡同律

雷何背子 滑石 西獸衣 馳毛 四海分居 牡蠣 白陰 瓠汁 狗胆

五色扶桑 五色陽起石 帝流漿 并定臺 引針 俱磁石 絕陽玉

時空亭 葱幾公 白錫 聖無知 赤鹽 陽華羽 金蓋 陽曹草 土金

六一泥 六種作一泥 五栽 五穀芽 大洞滑汁 千尋子 一云槐子

伏火法

水銀隨多少以白瓷器盛之以牛糞和灰鹽厚薦底於灰

鹽上著灰為覆密際陰乾

以灰和細毛苞瓶一寸除此泥乾亦得其器口先以桑灰為硬坭綿裹塞之然加苞法只鹽灰為坭坭塞其口亦得若欲連乾微火及以堅灰相兼燒養之養目牛糞為裹燒者炭為裡盡表附相次成矣待冷取之汞與鹽等霜色凝  
柔剛毛

#### 四神丹方

朱砂雄黃曾青雌黃

右四味分擣末篩白鹽為藉次布曾青次雌黃次朱

砂次雄黃又以白鹽覆之以上下相合以六一坭固  
濟訖文武火常法飛經七日夜火法如此

又方

任以四味直爾擣篩以醎醋拌之浥浥十遍晒入金安置  
依前法若依此為之得藥倍多而又色好

治口血喝方

取蒲黃四分羅取附子一半片炮已上二味各別擣取白  
雞冠血和坭坭之立止即急流之不然却飯向一邊

太清石壁記卷上

太清經天師口訣下

興中

夫口訣者蓋神仙衆經之大訣欲求神仙千方萬術而不  
得此訣者終不能成也神祕至重萬金不傳若有所傳當  
本經一一口授不得預以文也依科盟書用黃金八兩黃  
布四十尺白銀八兩白絹四十尺為信限一百年內得傳  
一人軟丹為盟不宣之約若一朝違科傳非其人違負漏  
泄天帝擯仙永謝玄路泰玄仙都使心迷意亂萬向傾敗  
九老仙君使精神昏濁所學無成太一司錄不上生錄三  
天司命減筭伐年殃及七祖受罰於太玄都太清神丹經

訣按本經作華池如本經說惟以穀五升以水漬令生芽

乃曝令乾搗篩以納華池中合諸物攪之乃得成也若不  
生穀尊則華池不成此大道之要也以水金玉五石金銀  
珠鉛皆化為水其法在三十六水經皆須華池而成也

水真珠法大者細篩之率一斤加硝石末二兩內鳥翮中  
刻木塞兩頭漆骨琬之亦可蠟密塞口納華池中亦可納  
醇苦酒中封閉瓶口七日以外數數看之慎勿開鳥翮口  
當向日看之成以否其成水之時狀如水銀在鳥翮中服  
如梧子朝服一百日神仙笑若未成水還納大醋中以成

水為度亦可取雜小珠消鍊之如上法以瀉珠模中作大珠也亦可取蚌蛤光明白淨者打破擇取精白者率一斤亦加硝石二兩合搗細篩納鳥翮中消之如上法以瀉珠模中凝之成真珠意大小之亦作餘器物也

消鉛錫為水銀法取鉛半斤錫半斤合鎔令相得打令薄削之如韭葉取生竹筒削去上表令薄如絹以成鉛錫納其中加硝石二兩覆藉上下刻竹節合際令密漆其口勿令泄氣取三年醕大醋於甕中漬之以蠟塞甕口勿令泄氣四十五日即成水銀以填金不入丹用

銀雪法本經云取汞一斤華石十五兩合治令熟者當以醇大醋煮水銀九日九夜大醋欲盡輟隨益之水銀即凝乃末之以和華石也若有雜丹鍊合衆藥及諸方術所用水銀不依此者則水銀不和終不能成

又云內六一鉛白赤釜中者六一者六一泥也作之如丸丹經法鉛白者取本經所作鉛白和以大醋搗千杵以塗土釜內令厚三分陰乾十日乃以水銀華石末內其中也赤釜者土釜也作法取雞府土赤黃色者細末絹簇蒸之從旦至日中下之取薄醋和之為泥擣之令熟以作土釜

隨藥多少大小以意作之通令厚五分許陰乾三十日次  
取斛樹白皮三十斤細剉以水三石煮之一日乃去滓煎  
其汁可得一斗許乃止色赤黑名曰斛漆以塗土釜表裡  
即硬勑不破入火不裂此是神丹釜大祕訣也太清神丹  
九月金液八景太虛琅玕之華還丹飛輕玄霜絳雪太和  
自然朱光雲碧紫華絳英諸太丹等所作土釜不得此訣  
入火即破終不成也又云覆以赤鹽封以六一鍊丹者當  
以鉛丹和大醋為泥搗十杵以塗土釜口即以赤鹽盤蓋  
之重以鉛丹泥泥其會際令密陰乾十日復以六一泥泥



土釜表及蓋上通令厚五分陰乾十日復以白土和醯及  
鹽搗千杵復塗六一泥上復陰乾十日乃四方立四鑿中  
央立一鑿名曰五岳亦可三角鑿三鑿名三台以安土釜  
其上火之如經法

艮雪一名白雪又作雄雪云作之者當以六一泥於大鑪  
中四方累之如升形陰乾以艮雪置其下銅板覆其上以  
大醋少少洒其中炭火燒之則艮雪及銅板皆消復鼓之  
為板懸華池上餘如經說

作雄雪內飛器中加以赤鹽盤封閉火之如艮雪法飛器

者赤土釜也

赤松子肘後藥訣

雲陽子謹問赤松子曰夫人受天地陰陽而生依四大而  
養遂使靈愚不第夭壽不一者何使然也松子答曰汝之  
所問不乃大乎今為汝說遇因賁者始得問我也五生天  
地已歷三災始知上藥功力萬金非貴不可具說大藥之  
力亦能殺人亦能活人亦能瘦人亦能肥人移顏改貌益  
性添年能令劫壽見身仙聖汝頗信乎雲陽子曰身未蒙  
經未敢決信赤松子曰汝心疑也汝可不信水能滅火迷

耳彈石煎即雲興拂鴻石散即感天雨零落凡狐蝦則日  
月俱蝕揚眉鵝灰即風生石飯可以壓風止火海斑皮可  
以發雷震電光立起也灰管葭則日月暈介潛盧蘓令地  
動揮驚沙凡即傾山沈乾摩散即海竭粉玻瓈魚合龜鼈  
膽即龍未彈射獸凡即虎豹去五膏可以立仙三散可以  
度災億劫見身成聖太真之凡壽同天地此等之藥諸仙  
久驗汝信之乎雲陽子曰重奉師教指諭曉示中心懷信  
今求請乞聞藥之名赤松子曰汝善諦聽今日授汝胡剛  
子具說藥物分劑作之委要也赤松子告雲陽子曰此五

膏三散是昔天仙乾元子授胡沖子胡沖子授真華子吾  
至真華子邊受得二度三災矣汝能高志學此長生求仙  
請藥今當授汝授藥之後如有仁慈心求仙者久觀其行  
志節心是兼懷慈孝者任汝擢授即授汝五膏三散法

度災靈飛散法第一

昔三元乾之初有太安子者是仙官之典錄因掌仙方常  
見仙官讚嘆五膏三散其金丹最上遂抄取方以授乾元  
子乾元子名利貞受得以來傳十大仙始服此藥經二十  
日請神聽利氣力萬倍顏貌如玉昇住任情役使鬼神既

成仙道仙品中上也

其法用新出鉗金三十六兩鍊訖者用鐘乳末七兩把金打作薄凡三十六兩金分為六分一分六兩把六兩金薄細劈安玉臼中用玉杵研之五百徧下鐘乳末五分合研之成粉若欲純取金粉者以水汰沙乳末自去若不能汰沙者合乳服之亦佳所以和乳研之者以金性滑若獨研之不能成粉會得乳末粉立可成故曰金粉散和乳半緩研之自然爛又曰消金毒不灰木牛屎磁石自相和祀之

不言入仙屋

服靈飛散法用食蜜安銅鐺中微火煎之使強作餅子如錢許大著金粉如小豆許大把蜜餅合裹凌晨面向東服之眼訖即入密室坐不欲見禽獸亦莫見人過作言語但正心默念十方仙聖威神助藥令我長生初服一日一九二日二凡三日三九還從三九始百日仙也

一切金銀多毒若不精鍊恐畏傷人先鉛鍊三七徧次水銀鍊三七遍玄水鍊三百六十徧石灰汁鍊三七日消毒灰蒸鍊三七徧消毒灰炒鍊三七徧醋鍊三七日然後毒盡方可服之鉛鍊金法用金三十六兩用鉛七十二兩作

灰杯火燒令乾蜜閉四邊通一看孔安鉛杯中作一鐵杯  
大小可灰杯上徧鑿作孔用合灰杯杯上累炭炭上覆泥  
火之鉛盡還收取金更作灰杯如是三七徧名曰鉛鍊金  
也次作水銀鍊金法將此鉛鍊金三十六兩打作薄用水  
銀三十兩安堯器中微火緩煖之漸下金薄訖將一堯器  
密合其上經宿成泥并埽消之水銀消唯有金在如此三  
七徧名曰水銀鍊漸漸減毒取合水銀也

次玄水鍊法取金埽消注安玄水中須精好作三百六十  
徧金即濡弱名曰玄水鍊法

次作石灰汁鍊法將此之水鍊金作薄安麓器中石灰汁煮三七日止名曰石灰汁鍊也次作消毒灰鍊法用此打作薄用此消毒灰汁安麓器中下金薄煮之三七日止也次作消毒蒸鍊法薄削竹筒內消毒灰汁用好粗沙安竹筒中次納金薄一重沙一重金薄令滿筒密塞筒口甌中安用沙覆蒸之三七日名曰蒸鍊也

次作炒鍊法用好新鐵鎔磨洗令淨用消毒乾灰細末安鎔中細破金薄灰和炒之三七日止炒時微火火猛恐鉛

流此名炒鍊也



次作醋鍊法用三迴重釀好醋內醋甕瓶中下金薄悉固瓶口安消毒灰汁大釜中煮之三七日毒盡名曰醋鍊也次作石汁法用好新石灰蒸之氣出徧徹下金湯熱淋取汁名為石汁也

次作消毒灰法用牛屎灰理石灰分等取磁石碎之用東流水熟煮取湯將淋二灰得汁此灰能消金毒銀毒是名消毒灰也

燒理石作灰法理石世云不灰木燒之不灰唯牛屎火燒之成灰也其理石似腐木名山有之長理硬者非

玉靈飛霞散第二

此玉靈飛霞散是十大仙之寶藥昔太安子服之二百日得仙自是以來十仙相付於中功能不可具說

作法取上美玉明徹絕淨者十二斤用扇石解作板厚二分解訖用河水作湯䟽洗使淨去扇石氣取雪水二石四分露水一石二十霜水一石二分雨水一石二分井水一石二分凌晨取井華者佳用好甕甕不津者盛此玉水先握地深一丈二尺以冬至日未夜半時先下坑中正夜半子時下玉水并玉板等即用盆覆上好厚泥勿令泄氣坑

上安木木上安草草上安泥泥上覆土令厚三尺即作欄  
障勿令人獸經過在止來去至夏至日日中出之此受陰  
陽氣脩足即先作生麻子粉壓取脂銅釜中安脂內玉板  
煮之三七日止次作伏爐安理石撩棧置玉板在上爐下  
然純麻子燭燒此玉板板赤內蔥液汁中三七徧止次取  
玉還用玉杵搗之成粉使令極細唯細是精

次訣服法用四時王相日日辰不相剋日凌晨服者面向  
東并華水服方寸匕日三服之六十日易形百日人不識  
二百日通神一年已上仙道成也老者服之二年成仙

白精固命散第三

此散元陽子之所服三百日得仙遊飛諸域變弄陰陽神通自在去處無礙不可說盡

次作之法用新出錙銀三十六兩鉛鍊三徧自餘鍊法悉依鍊金節度鍊訖還用六兩作一臼亦安鍊乳五分合研之一如金粉法服亦法同金粉也

乾元子黃神膏第四

此神膏是昔乾元子服之七日登仙已經二度三災遂作上仙十仙相授寶玉函秘玉篋為萬劫糧計藥功力藥中

最上藥中最貴秘之秘之

次作黃神膏法取成鍊茯苓三十六斤百鍊松脂二十四斤食蜜一石二斗金粉三十六兩凡用四物取新銅鑊內蜜鑊中訖先納茯苓次納松脂作二日煎之始納金粉內金粉之時稍稍散鑊中蜜煎之上慎勿攪之沸自沉下煎經七日七夜膏即成服法用初精散丸之如小豆許大服三丸一日三服十日自然絕食二十日氣力大壯六十七日姿容如玉百日成仙服此一劑萬劫常存神通無礙也

計此膏功能說不可盡直略抄取藥訣

次作玉靈膏法用成鍊茯苓細末二十四斤百鍊松脂細末二十四斤食蜜二石四斗玉粉十二斤凡四物先內食蜜銅鑊中次內松脂次內茯苓次內玉粉攪令相得和合煎七日藥成服法亦用初精散丸之如小棗許一服三丸一日三服二百日成仙

真華子白神膏第七

此方云於先失文本上無也

大真未與丸第七

此方大本上論其功能說不可盡今直抄藥次作太真末

與丸法用白瑪瑙粉一斤白玉粉一斤珊瑚粉十二兩水

154

晶粉一斤琥珀粉一斤真珠粉一斤紫石英粉十二兩雲

母粉十二兩金粉銀粉各一斤朱砂末一斤雄雌二黃末

各一斤石峯粉八兩石肉末十二兩鐘乳末一斤茯苓末

三十六斤松脂二十四斤食蜜二石四斗

上件十八味並好鍊治作粉用上食蜜先納新銅釜中煎

經一日次第下諸藥粉合煎之七日七夜成

服法用四時王相日日辰不相剋日取藥丸作小棗許一

服三凡一日三服立仙也

### 三景膏第八

作三景膏法朱砂雄黃雌黃禹餘糧雲母粉石肉鐘乳白  
石英紫石英石峯石腦已上朱砂等各十二兩茯苓三十  
六斤松脂二十四斤凡十三物精鍊治作粉用食蜜一石  
二斗安銅釜中內上藥等合煎七日凡如梧桐子一日三  
九日三服之三年成仙

### 凝靈膏第九

作凝靈膏用茯苓三十六斤松脂二十四斤松子中仁十



二斤栝子中仁十二斤凡四物鍊治細末用食蜜二石四斗內大銅釜中煎之一日次第下諸藥攪令相得微火煎之七日止

服之法凡如小棗許一服七丸一日三服若絕食頓服之隨多少足飽為度即絕食身輕變老為少二年仙道成

### 初精散第十

赤松子告雲陽子曰吾本末仙之時真華子告余曰若求長生學仙之者可先服初精散次服凝靈膏若先服此二藥宜服上藥身輕易學也

次作初精散法用茯苓三十六斤松脂二十四斤鐘乳一斤三斤亦佳凡三物好鍊之並作粉用食蜜三升攪令相得內甕甕中固閉口陰乾百日出如粉服之三方可七日三服服一劑不同餘散大好大若不先服此初精凝要二藥徑服大藥者遲得力也

凡合大藥必在山林靜所作大藥屋四面懸劍并作却鬼丸却鬼符安之懸之始可合大藥不爾者鬼神喻藥精氣必作符藥却惡鬼神也

作却鬼凡藥法用朱砂雄黃雌黃鼈甲藥蘆桃仁烏頭附

子本半夏野葛日硫黃巴豆生犀角鬼臼麝香鬼箭蜈蚣  
凡十七味等分搗篩用蘭草汁和之凡如鷄子黃大合仙  
藥之時四面懸之中燒一九百鬼走去又燒一九鬼等悉  
死祕之大驗

却鬼符

右却鬼符合大藥之時懸四面

作雲母粉法取五色雲具者用五水浸之掘坑深一丈二尺廣六尺下麓甕內坑中下五水入甕冬至日夜半納雲母甕中甕合泥之坑上安木木上安草草上安泥泥上安土令厚五尺至夏至日日中出之用爐火排之赤訖內五水中一百徧止

次更排內空亭液汁中二十一徧止五水者雪霜露雨并水等此名五水

作空亭液法取亭擇淨去皮鬚細切納瓢中硬按令滿漆固口以冬至日夜半作坑深一丈二尺坑中得安三十四

十鉢下土填之勿令人獸在上經過夏至日日中出取成  
液用浸金銀玉石朱砂並得成水亦得如泥也若鍊朱砂  
雄雌二黃及石硫黃法取四種細末用亥下腸淨洗之醋  
浸三日將醋拌朱砂四物等藥別成一胴腸中急擊兩頭  
甌中安草草上安布布上安腸腸上覆草草上安土令厚  
一尺猛火煮之七日七夜候看土上有黃色出之更用消  
毒灰汁安竹筒中煮之三七日止復用左味內竹筒中安  
朱砂等四味別醋中煮之三七日毒消中服

太清經天師口訣終

太清修丹秘訣

興十一

採種靈砂修丹法

其法於十二月初一日先以美酒珍味肉食藥物補助令其氣實然後於次年正月長齋及止慾慾長齋謂止慾也

二月種砂兼行齋法其種砂法於子後午前先作常行導

引訖次行嘔字八數訖即取津唾含漱令熟候滿百口由

左咽之細細而下以意送入丹田次下心火左旋八十一

意三三三三三津唾三口之上若有餘力即不限口數

意三三三三三之日之四全訖了立即盡夕書用白細毫筆一

十五隻各用紙蓋子一个蓋之上題日數至用盆盡日即

將首初一盆淘取金沙周而復始其淘沙經隔日多貴其

澄結每淘砂須換水四五偏次在灰紙上埋乾取採半斤

為足二月採砂若未足即採至三月取足即止以至六月

初一日依十二月一日法復用美酒珍珠肉食補助一月

至七月一日長齋謂止慾怒也至八月亦如二月行種砂

法准前取採砂半斤為足如採砂未足即採至九月取足

乃止

方將春秋採到金沙共一斤相合取貯淨潔器內封起候

至十月長齋至十一月初一日下功乃將前藥一斤相拌

令勻分之為一十五分每一分又分為三分每日於子寅  
辰三次服之自初一日服至望日服盡每服藥時先以津  
漱鍊藥一分在口仍先空咽三咽後咽藥以意送歸丹田  
火行乾坤策每日三時服藥三分每時服藥行若此火也  
每度服藥畢更以滑石末少許煮津咽之壓砂也并時服  
乳香少許使砂快利服砂日至午後閉息只行水也時咽津  
并至望日後每日子後午前亦只閉息行氣謂只咽氣三  
數

三十二日更不行時每晨起只閉息三十六

數至三十二日更不行時每晨起只閉息三十六



而此亦名火也直候砂不下即是功成無漏自十一月十

五日後金砂未熟亦時有下者須用意收之不可因循遺

164

棄為其砂已有功法在內直至金砂不下即是無漏丹成

所下金砂亦須旋服之丹成之後一任餐噉日食數餐飽

即呵之其食悉去漸無滓穢旋溺以至無漏不食終年亦

不飢餒未為地仙大約功止在一年之內行功之時若頭

目昏眩齒牙動搖並是陽盛之故但濃煎甘草湯時時飲

之即自解矣茲乃是金砂秘方修鍊內藥場凡質入地仙

之上法也

冲虚子大藥真鉛訣

丹砂為體本因日月流精結而成物其丹砂既堪抽汞汞  
即日之華故丹砂復可採鉛鉛即月之氣若能採得丹砂  
中鉛即可配丹砂中汞合而修至藥乃陰陽脩矣即是真  
汞真鉛修之則萬無一失故申屠先生三字訣曰本一物  
分兩體一象鉛一象汞又古謔云一母生兩子一男復一  
女此二物一鉛一汞也若採得真鉛欲修至藥其爐鼎火  
候合造服餌之式則諸丹經中悉有之惟此真鉛不能知  
識耳

訣曰

流轉金精養萬神自然不死得長生靈藥不干諸外藥陰  
陰相制自然成

肝

四位權衡總屬君獨居甲乙自稱尊到頭後讓離中火突  
入南宮第二門

心

形方一寸號靈臺火德相生大矣哉直候六陽歸正數真  
鉛流過向西來

肺

外應西方白虎兕便凝秋氣入霜肌如今已得靈和味漸  
覺元君道便肥

腎

一海瓊波在北方何人如此到金鄉看看便見還丹就上  
火功夫不可量

脾

光輝五色動金精滋味甜和藥已成好是百神皆稽首中  
原天子賀昇平

又訣曰

天地元爐藥在身陰陽不測謂之神元氣飛霜飛九轉還  
丹本是太和精

煙霞欲去如何去先須肘後飛金精金精若到上宮裡中  
宮下宮都來迎自然玉汞涓涓生奔歸元海作雷聲從此  
夫妻相契會歡生踊躍情無外水火相交兩半間末後翻  
成地天泰

夾脊雙關至頂門修行道路此為根華池玉液宜頻咽紫  
府元君直上奔常使氣冲開節透自然精竇各神存一朝

引到長生地須報當來指教恩

夫津液真陽清明耳潔先自丹元及五藏之真氣復能生丹元及五藏之真氣入肝成氣入心生血入脾生黃芽入肺生液入腎生精補腦膏體強筋骨悅顏色潤肌膚實布不漏化即為氣住即為丹以致元神混元經云天地造化成人然父者木也精者火也二象元是一氣木者主也火即為用母者金也精者水也金即為主水即為用父與母精與氣此四象遇土即相生不遇土即相剋母之宮者真土也四象氣至此宮自然相順共聚為寶神氣精用為一

身之主也神者脾氣也氣者金水之氣也精者火木之氣也為人身之三奇肘後訣云陰陽運轉氣化為精精化為朱朱化為汞汞化為金金化為藥號為金砂鍊為還丹元海氣之所結為黑鉛左腎氣之所結為紅鉛

坎離二用法

訣曰欲得長生當修所生之本始於精氣精氣結而成形則知形為受氣之本氣是有形之本也然氣不得形氣無因而成元氣所稟之時伏母臍下混沌三月玄牝具焉玄牝口鼻也玄牝既立如瓜之有蒂陰注母氣始於此也母

呼子亦呼母吸子亦吸綿綿十月氣足神脩解胎離母貪  
悅於子當不知形耗外也變嬰而為孩指顧能笑先真議  
云以為失道而喪之本也何況十五成童二十弱冠目眩  
五色耳聰五音設智運神間不容息如此純朴之根蕩然  
而盡是故聖人知外用無益所以還元反本握固胎息得  
長生不死之訣其理明矣中胎經云形中子母何不守之  
且形氣為母神氣為子形氣先立而後有神神與氣而合  
行循環於藏府之間御呼吸以上下久久修習神自明氣  
自和若神自明照徹五藏氣自和則通使於四肢故黃帝



內示一視光內生綿綿五藏斯言可推而得也黃庭經云  
仙人道士非有神積精累氣乃成真昏其妙也今之世人  
神之與氣各行子母不相守氣雖呼吸於內神常運於外  
如此使氣逐穢濁而不明則元氣漸散矣故神為主形而  
宅舍主人不營於內日用於外也自然宅舍空虛漸見危  
壞矣而況非道之人勞神役氣無一息而住於形中於道  
遠矣若神氣之所至子母之運行則修生之門不日可至  
矣

坎離二用故云從陽爻起既濟從陰爻起未濟而卦併行

周而復始奪天地造化之全功迺神仙命機之要術故曰  
白虎生從坎青龍伏在離易曰大哉乾乎剛健中正純粹  
精也謂乾體純陽其性至剛其行至健中正謂二與五也  
故云剛健中正凡修氣者變既濟未濟水火之象使六爻  
俱陽以成乾體則純粹矣純而不雜則精明矣故云純粹  
精也且三五一是陽位發生之象二四六是陰位收殺之  
義陽起火陰起水在人之身水火若交是名既濟若行此  
卦與六十四卦功力同矣所為陽火昇上極則生陰陰水  
下降自然生陽火龍乘清氣左旋水虎鉛濁氣右走同行

於身矣陽七返燒金丹至寅陰九還鍊玉液至子二物自  
然一逆一順入人五藏徧人身體日夜不絕故得長生法  
則天地是以天不言而四時行地不言而萬物生人不言  
而至道成其在口訣不傳文字幸遇同志聊述其概云爾

道藏精華第十二集之二  
上乘修道秘書四種

總主編者 文山遜叟蕭天石

(全一冊) 定價新台幣  
精裝四〇〇元  
平裝三五〇元

著 者

盧 丹 亭 • 傳 青 主  
陸 潛 履 • 俞 石 澗

版權所有  
翻印必究

出 版 者  
發 行 者

台北郵政信箱八六五號  
郵政劃撥〇〇〇三三八九一四號  
自由出版社

電話：九一一二〇三六九一四

發 行 人

曹 哲 士

本社登記  
證字號

行政院新聞局  
出版台業字第〇五七五號

中華民國三十八年七月